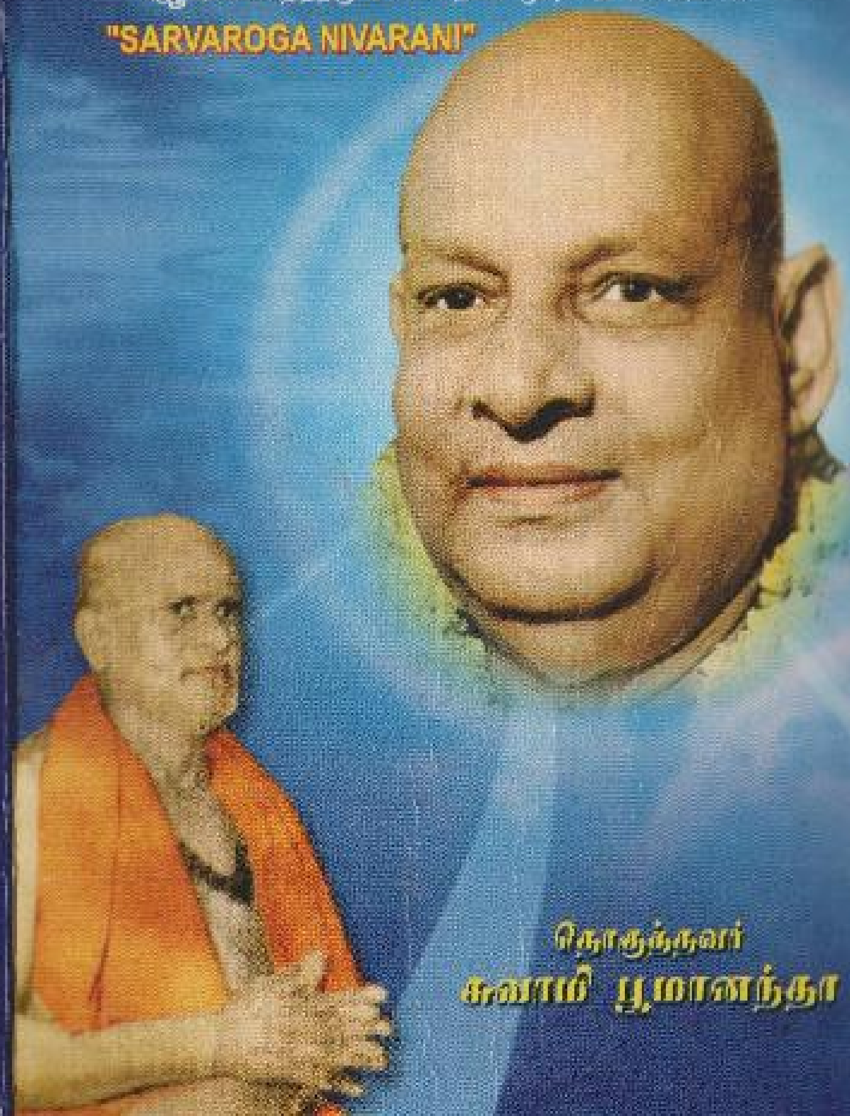
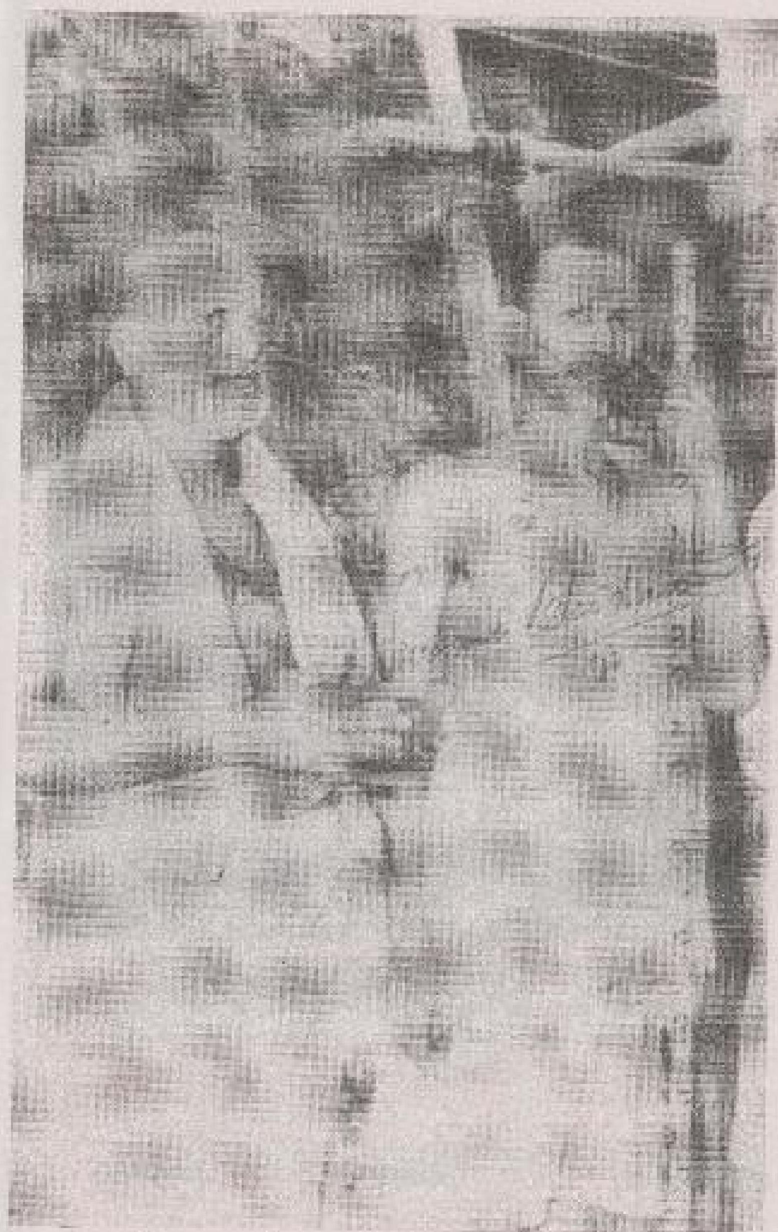
சுவாமி சிவானந்தர் தமிழ் நூல்கள்

ஞானியர் வரலாறு (650 பக்கம் 1/8 டெம்மி பைண்டு வால்யூம்)	–	100.00
ஸ்ரீமத் பகவத் கீதை (800 பக்கம் 1/8 டெம்மி பைண்டு வால்யூம்)	–	100.00
சிவானந்தர் அன்றாடம் அருளிய அருள்மொழிகள்(3பாகம்) ஒவ்வொன்றும் (750 பக்கம் 1/8 டெம்மி பைண்டு வால்யூம்)	–	100.00
பேரின்பம் (பைண்டு வால்யூம்)	–	100.00
இயற்கை மருத்துவம் (பைண்டு வால்யூம்)	–	100.00
இமயம் முதல் இலங்கை வரை	–	80.00
மன ஒருமைப்பாடும் தியானமும் (பைண்டு வால்யூம்)	–	80.00
சுவாமி சிவானந்தர் ஓர் அவதார புருஷர் (பைண்டு வால்யூம்)	–	70.00
சிவபெருமானும் சிவ வழிபாட்டுத் தத்துவங்களும் (பைண்டு வால்யூம்)	–	70.00
சாதனைக்கு வழிகாட்டும் போதனைகள்	–	60.00
தமிழ் நாட்டில் சுவாமி சிதானந்தா	–	60.00
ஸ்ரீ கிருஷ்ணரின் லீலைகளும் உபதேசங்களும்	–	60.00
கவலையில்லாப் பெருவாழ்வு	–	60.00
இந்து தர்மம்	–	60.00
மனமும் அதன் இரகசியங்களும் அதை அடக்கி ஆளும் முறையும்	–	60.00
மஹாபாரதக் கதைகள்	–	60.00
வாழ்விலும் ஆத்மானுபூதியிலும் வெற்றிக்கு நிச்சயமான வழிகள்	–	60.00
இதோ உங்கள் கேள்விக்குப் பதில்	–	50.00
ஸமாதியோகம்	–	50.00
விடுதலைக்கு ஓர் அறைகூவல்	–	40.00
விழித்தெழுங்கள்	–	40.00
63 நாயன்மார் வரலாறு	–	40.00
நாரத பக்தி சூத்திரம்	–	40.00
பிரம்மச்சரியத்தின் ரகசியம்	–	35.00
எண்ணத்தின் ஆற்றல்	–	35.00
பாரதத்தின் தவப்புதல்வர்	–	30.00
பகவத் கீதை (ஸ்லோகமும் அர்த்தமும்)	–	30.00
சிவானந்தர் வாழ்க்கை வரலாறு	–	30.00
சிதானந்தர் வாழ்க்கை வரலாறு	–	30.00
யோக சாரம்	–	30.00
சிறுவர்களுக்கு தெய்வீக வாழ்க்கை	–	30.00
ஜபயோகம்	–	30.00
குண்டலினி யோகம்	–	30.00
எளிய யோக சாதனை	–	30.00
தத்துவக்கதைகள்	–	25.00
யோகப்பயிற்சி வழிகாட்டி	–	25.00
விடுதலைக்கான சத்தியவழி	–	20.00
சர்வரோக நிவாரணி (சுவாமி பூமானந்தா)	–	15.00
32 பக்கமுள்ள சிறிய புத்தகம் –10 (ஒவ்வொன்றின்விலை)	–	10.00

சர்வரோக நிவாரணி

(ஆரோக்கியத்திற்கு விலைமதிக்க முடியாத வைத்தியம்)





சுவாமி பூமானந்தா, ஸ்ரீ சுவாமி சிதானந்தருடன்

குருதேவர் சிவானந்தா

சர்வரோக நிவாரணி

தொகுத்தவர்

ஸ்ரீ சுவாமி பூமானந்தா

சிவானந்தா ஆசிரமம், ரிஷிகேஷ், இமயமலை

வெளியிடுவோர் :

தெய்வீக வாழ்க்கைச் சங்கம்

சிவானந்தா ஆஸ்ரமம்

சுவாமி சிவானந்தா சாலை

இராசிபுரம் - 637 408. நாமக்கல் மாவட்டம்

தமிழ்நாடு

விலை] 2008 [ரூ. 25.00

"SARVAROGA NIVARANI"

Compiled by

Swami Bhumananda

in Tamil

முன் சேர்க்கை	20
நூல் பகுதி	90
பின் சேர்க்கை	18
மொத்தம்	128

First Edition	:	1972
Second Edition	:	1973
Third Edition	:	1976
Fourth Edition	:	1979
Fifth Edition	:	1984
Sixth Edition	:	1989
Seventh Edition	:	1993
Eighth Edition	:	1995
Nineth Edition	:	1999
Tenth Edition	:	2002
Leventh Edition	:	2008

Printed at The Orient Processors, Sivakasi.

சமரசப் பிரார்த்தனை

ஸ்ரீசுவாமி சிவானந்தா

ஓம் கருணையும் அன்பும் நிறைந்த இறைவா!
உனைத் தொழுது வணங்குகின்றோம்.
நீ எங்கும் உள்ளாய் எல்லாம் வல்லாய் எல்லாம் அறிவாய்
நீ சச்சிதானந்தப் பொருள் மெய்ப்பொருளும் மெய்யறிவும்
பேரின்பமும் நீயே
எல்லா உயிர்களிலும் உறைபவன் நீயே
ஓம் தயாபரத் தெய்வமே!
உணரும் உள்ளமும், சமநோக்கும், தூய அன்பும்
மெய்யறிவும் எமக்குத் தந்தருள்க.
ஆணவம், துராசை, வெறுப்பு, பேராசை, காமம்,
வெகுளி இவை பற்றாது எம்மைக் காத்தருள்க.
ஆன்மீக உணர்ச்சிகளை எமது உள்ளத்தில் நிரப்பி அருள்க.
ஓம் உலகாளும் ஜகதீசா!
எல்லாப் பெயரிலும், உருவிலும், உனையே யாம்
காண்போமாக
எல்லாப் பெயரிலும், உருவிலும் உனையே யாம்
வழிபடுவோமாக.
எப்பொழுதும் உனையே யாம் சிந்தித்து வருவோமாக.
எப்பொழுதும் உன்னுடைய மகிமைகளையே பாடுவோமாக.
உன்னுடைய திருநாமம் எப்பொழுதும் எங்களது
நாவில் இருக்கட்டும்.
என்றென்றும் உன்னிலேயே யாம் நிலைத்திருப்போமாக.

மஹா மந்திரம்

ஹரே ராம ஹரே ராம ராம ராம ஹரே ஹரே
ஹரே கிருஷ்ண ஹரே கிருஷ்ண கிருஷ்ண கிருஷ்ண ஹரே
ஹரே.

பொருள்: இம் மஹா மந்திரத்தில் ஹரி, ராம, கிருஷ்ண என்னும் மூன்று நாமங்கள் உள்ளன. இங்கு ஹரி நாமம் பாபத்தை நீக்கியும், ராம நாமம் உள்ளத்தில் இன்பத்தைப் பெருக்கியும், கிருஷ்ண நாமம் இறை உணர்ச்சியைத் தந்தும் காக்க வல்லது.

மஹா மிருத்யுஞ்ஜய மந்திரம்

ஓம் த்ரயம்பகம் யஜாமஹே ஸுகந்திம் புஷ்டிவர்த்தனம்; உர்வாருகமிவபந்தனாத்-ம்ருத்யோர் முக்ஷீய மாம்ருதாத்

அர்த்தம்: நன்மணம் நிறைந்தவராய் உயிர்கள் அனைத்தையும் நன்கு போஷிக்கும் முக்கண்ணனாகிய சிவபெருமானை நாம் வணங்குகிறோம்; அவர் எவ்வாறு வெள்ளரிப்பழம் கொடியின் பந்தத்தினின்று விடுபடுகிறதோ, அவ்வாறே நம்மை மரணத்தினின்று விடுவித்து அழிவற்ற பதத்தை அருள்வாராக.

நன்மைகள்: 1. இந்த மஹா மிருத்யுஞ்ஜய மந்திரம் ஓர் உயிர் வழங்கும் மந்திரம் ஆகும். இந்நாட்களில் நம் உயிர்க்குப் பல வகைகளில் எதிர் பாராத நிலையில் இன்னல்கள் ஏற்படுகின்றன. இம்மந்திரம் பாம்புக்கடி, மின்னல், மோட்டார் விபத்துக்கள், தீ விபத்து, சைக்கிள் விபத்து, வெள்ளம், விமான விபத்து முதலிய எல்லா விபத்துக்களாலும் மரணம் ஏற்படுவதைத் தடுக்கிறது. மேலும் இதற்கு நோய் நிவர்த்திக்கும் சக்தி உண்டு. தவிரவும் **இம்மந்திரத்தை உண்மையோடும், நம்பிக்கையோடும், பக்தியோடும் பஜித்தால் மருந்துவ வல்லுனர்களாலும் தீராது என்று கைவிடப்பட்ட பிணிகளும் போக்கப்படுகின்றது. இது வியாதிகளை நீக்கும் ஆயுதம்;** மரணத்தை வெல்லும் மந்திரம்.

2. இது மோட்ச மந்திரமுமாகும். இது நீண்ட ஆயுள், சாந்தி, செல்வம், நல்வாழ்வு, திருப்தி, மோட்சம் ஆகியவற்றை அளிக்கவல்லது.

பொருளடக்கம்

தலைப்புகள்:		பக்கம்
	முன்னுரை	
1.	நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம் ...	1
2.	ஆயுர்வேதத்தில் மூத்திர சிகிச்சை ...	9
3.	அமுரி தாரணை ...	11
4.	கல்பம் எது? அமரி எது? ...	13
5.	ஒரு யோகியின் அனுபவம் ...	14
6.	சிவாம்பு கல்பம் ...	16
7.	மேலை நாடுகளில் சிறுநீர் ஆராய்ச்சி ...	23
8.	கவனத்திற்குரிய ஆயிரம் உபாயங்கள் ...	25
9.	சாலமனின் ஆங்கில வைத்தியன் ...	26
10.	பிரான்சு தேசத்தில் சிறுநீர் சிகிச்சை ...	28
11.	சமீப காலத்தில் மேலை நாடுகளில் சிறு நீர் பற்றிய விஞ்ஞான ஆராய்ச்சி ...	33
12.	சிறு நீரும் உபவாசமும் ...	34
13.	சிவாம்பு சிகிச்சை முறை ...	38
14.	ஆகார விதிமுறைகள் ...	46
15.	சிவாம்பு உபயோகிக்கும்பொழுது அனுசரிக்க வேண்டிய முறைகள் ...	47
16.	குணமடைந்தோரின் அனுபவங்கள் ...	48

சமர்ப்பணம்

வாழ்க்கையில் "நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்"
என வாழ விரும்புவோர்களுக்கும், தீராத
வியாதிகளால் கஷ்டப்படுகிறவர்களுக்கும்,
நோய்களால் பிடிக்கப்பட்டு பண வசதி
இல்லாத காரணத்தால் நோயைத்
தீர்த்துக் கொள்ள முடியாத
நிலையில் அவதிப்படும் ஏழை
மக்களுக்கும் இச் சிறிய
நூல் சமர்ப்பிக்கப்
படுகிறது.

ஓம்





சத்குரு பரமாத்மனே நம:
குரு சரணாரவிந்தாப்யாம் நம:

முன்னுரை

'மக்களுக்கு செய்யும் தொண்டே கடவுள் தொண்டு' என்று எண்ணி, கடைப்பிடித்து, உபதேசித்துத் தன் வாழ்நாளையே அர்ப்பணித்த அவதார புருஷர், கருணைக் கடல், ஞான வள்ளல், அன்பின் சிகரம், இமய ஜோதி, பரம்பொருளுடன் இரண்டறக் கலந்த எனது சத்குருநாதர் ஸ்ரீ சுவாமி சிவானந்தரின் பாத கமலங்களை மனதில் தியானம் செய்து, இந்த "சர்வரோக நிவாரணி" என்ற நமது ஆரோக்யத்திற்கு விலைமதிக்க முடியாத உபாயமாயிருக்கும் நூலைத் தமிழில் வெளியிட, எனது உள்ளத்தில் அந்தர்யாமியாக இருந்து, பிரேரணையும் அளித்த சத்குரு பகவானுக்கு வணக்கங்கள் பல செய்து கொண்டு எனது இந்த முன்னுரையை ஆரம்பிக்கிறேன். மேலும், நமது இந்தியாவிலும், மேல் நாடுகளிலும் இருந்த ஞானிகள், சித்தர்கள், முனிவர்கள், சாதுக்கள், சந்நியாசிகள், யோகிகள் எல்லோரையும் தியானித்து மனமார மீண்டும் மீண்டும் வணக்கங்கள் பல தெரிவித்துக்கொள்கிறேன்

இந்த நூலில் அடங்கியுள்ள விஷயங்களைத் தமிழில் வெளியிடச் செய்திருக்கும் எனது முயற்சி புதியதொரு புரட்சி (Revolution) என்றே எண்ணக் கூடும். ஆனால் இதில் அடங்கியுள்ள விஷயங்கள்

தமிழ்நாடு மட்டுமல்ல இந்தியாவிற்கோ அல்லது வெளி நாடுகளுக்கோ ஒரு புது கண்டுபிடிப்பு அல்ல. நம் இந்தியாவிலும், பல வெளி நாடுகளிலும் இந்த வீட்டு வைத்தியம் பல நூற்றாண்டுகளாகக் கையாளப்பட்டு வந்ததென்றும், இன்றும் உபயோகப்பட்டு வருகிறதென்பதையும் இந்நூலில் இருந்து அறிந்துகொள்ளலாம்.

சிறுநீர், சிவநீர், சிவாம்பு, அமரி என்ற பெயர்கள் எல்லாம் மனிதன் கழிக்கும் மூத்திரத்தையே குறிக்கின்றது. பழைய சரித்திரங்களிலிருந்தும், பரம்பரையாக நம் முன்னோர்கள் எழுதியிருக்கும் நூல்களிலிருந்தும், மற்றும் ஆயுர்வேத, ஹாரித, சுசுருத, சரக் சம்ஹிதைகளிலிருந்தும், மற்றும் போகர், அகஸ்தியர், திருவள்ளுவர், திருமூலர், காகபுசுண்டி, தேரையர் முதலிய சித்தர்களும், ஞானிகளும் எழுதியிருக்கும் நூல்களிலிருந்தும் நாம் அறிந்து கொள்வது யாதெனில், சிறு நீர் எல்லாவித நோய்களுக்கும் செலவில்லாத ஒரே மருந்து என்பது மட்டுமல்லாமல், ஆயுளை நீடிக்கக் கூடிய காயகல்பமான அமிர்தம் என்பதும் புலப்படுகிறது.

நான் ஒரு டாக்டருமல்ல, வைத்தியனுமல்ல. உயிர் நூல், உடல் நூல், ரசாயன நூல், விஞ்ஞானம் இவைகளில் எதையும் நான் படிக்கவில்லை. நான் ரிஷிகேசம் ஆசிரமத்தில் இருந்து வரும்பொழுது எனது குருதேவர் ஸ்ரீ சுவாமி சிவானந்த மஹராஜ் என்னை குஜராத்தில் ஒரு பெரிய பிரபல டாக்டரும், எங்கள் ஆசிரமத்தின் டிரஸ்டிகளுள் ஒருவரும், குருதேவரின் அத்யந்த சீடருமான டாக்டர் பி. ஜி. அத்வார்யூ (Dr. B. G. Adhvaryoo) என்பவருடன் சேவை செய்ய, குஜராத்துக்கு அனுப்பி வைத்தார். அவருடன்

நான் 1956 லிருந்து பன்னிரண்டு வருஷங்கள் ''கண் வியாதிகளின் அறுவை சிகிச்சை'' கேம்புகளில் (Sivananda Eye Relief Camp) சேவை புரிந்திருக்கிறேன். சுமார் 150 கேம்புகளில் பங்கெடுத்துக் கொண்டிருக்கிறேன். இதன் காரணமாக கண்ணைப் பற்றிய வியாதிகள் பற்றியும், அஸ்திரம் முதலியவைகளால் அறுவை சிகிச்சை முறைகளும் ஏதோ கொஞ்சம் அறிந்திருக்கிறேன்.

1969-ம் வருஷம் மார்ச்சு மாதம் நான் குஜராத்தை விட்டு தமிழ்நாடு வரும்பொழுது பல்சர் (Bulsar) என்னுமிடத்தில் டாக்டர் பிராக்ஜி பாய் தேசாய், எம். பி., பி. எஸ்., (Dr. Pragjibhai Desai, M. B., B. S.) என்பவருடன் ஒரு வாரம் தங்கினேன். இவர் சர்க்கார் ஆஸ்பத்திரியிலிருந்து ஓய்வு பெற்றுக்கொண்டவர். இப்பொழுது ஒரு பெரிய இலவச கண் ஆஸ்பத்திரிக்கு மெடிகல் ஆபீசராக இருக்கிறார். தனது வயது, நான் அவரை சந்தித்த பொழுது, 82 என்று சொன்னார். அவருடைய நிறம் தங்க நிறம். 25 வயது யுவனைப் போல் ஓடியாடி வேலை செய்கிறார். அவர் தினந்தோறும் சிறு நீர் அருந்துவதல்லாமல், அவர் வீட்டில் தாய்மார்கள், பிள்ளைகள், பேரப்பிள்ளைகள் எல்லோருமே சிவாம்பு அருந்தி வருவதாகவும், அதனாலேயே எல்லோரும் தேகாரோக்கியத்துடன் இருப்பதாகவும் சொல்லி, ராவுஜிபாய் மணிலால் படேல் எழுதிய ''மானவ மூத்திரம்'' (Manava Mootra) என்ற புத்தகத்தை கையெழுத்திட்டு எனக்கு அளித்தார். அவ்விடம் விட்டு மஹாராஷ்டிரத்திலுள்ள கோலாபூர் (கோல்ஹாபுரி) என்னுமிடத்திற்கு வந்தேன். அவ்விடம் எனக்கு அறிமுகப்பட்ட ஒரு பெரிய தனவந்தர் இல்லத்தில் நான்கு நாட்கள் தங்கியிருந்தேன். அவர் ஒரு குஜராத்தி, ஜாம் நகர் என்ற

ஊரைச் சேர்ந்தவர். ஜைன மதத்தைச் சேர்ந்தவர். வியாபார நிமித்தம் ரொம்ப வருஷங்களாக கோலாப்பூரிலேயே இருக்கிறார். வயது 50 இருக்கலாம். அவருக்கு இருதய நோயும், சர்க்கரை வியாதியும் இருப்பதாகவும், அலோபதி சிகிச்சையில் ஆயிரக்கணக்கான ரூபாய்கள் செலவு செய்து குணமடையவில்லையென்றும், அச்சமயம் ராவஜிபாய் மணிலால் படேல் குஜராத்தி பாஷையில் எழுதிய புத்தகத்தைப் படித்து சிறுநீர் சிகிச்சை செய்து கொஞ்சம் குணம் கண்டிருப்பதாகவும், ஆனால் அந்த புஸ்தகம் காணாமல் போய்விட்டபடியால், சில சந்தேகங்கள் கிளம்பி சிகிச்சையை நிறுத்தி இருப்பதாகவும் சொன்னார். என்னிடம் இருந்த இங்கிலீஷ் பிரதியை அவரிடம் கொடுத்துவிட்டு நான் தமிழ் நாடு வந்தடைந்தேன். அதனுதவியால் சிவாம்பு தொடர்ந்து சாப்பிட்டு சேட்டுவுக்கு பூரண குணமடைந்துவிட்டதாக, அவர் புத்தகத்தை எனக்கு திரும்ப அனுப்பும்பொழுது எழுதிய கடிதத்திலிருந்து தெரிய வந்தது.

நான் 12—5—71—லிருந்து 26—1—72 வரையில் சேலம் ஜில்லா, வெங்கரை கிராமத்தில் ஸ்ரீ கணேச கண்டர் தோட்டத்திலுள்ள சாலையில் சுமார் 8 மாதங்கள் தங்கியிருந்தேன். பக்கத்துப் பண்ணை ஸ்ரீ டி. கேசவ கண்டர் என்னை சந்திக்க அடிக்கடி வருவார். சதா இடது கையை அழுத்திக் கொண்டேயிருப்பார். கையை மேலே தூக்க முடியாது. ரத்தக் குறைவினால் உடல் வெளுத்திருந்தது. பசியின்மையால் காலையில் ஒரு இட்லி சாப்பிட்டால், ராத்திரிதான் கொஞ்சம் உணவு கொள்வார். சர்க்கரை வியாதி (Diabetes) இருப்பதாகவும் சொன்னார். உதடு, முதுகு, வலது கை முதலிய சில இடங்களில் தோல் வெண்மையாக

இருப்பதாகவும் அவர் எனக்கு காண்பித்தார். 15 வருட காலமாக அவருடைய நோய்களுக்கு சிகிச்சைக்காக ஊர் ஊராகச் சென்று பல பிரபல டாக்டர்களிடம் மருந்துகளும், இஞ்செக்ஷன்களும் போட்டுக்கொண்டு தற்சமயம் வாரத்திற்கு இரு முறை நாமக்கல் சென்று இன்சுலின் ஊசி போட்டு வருவதாயும், பிரதிதினம் ரூ. 3-50 மாத்திரைகளை விழுங்கி வருவதாகவும் அதிகமாக வெளியில் போக இயலாமல் வீட்டிற்குள்ளே நடமாடி வருவதாகவும் சொன்னார். மேற்படி வைத்திய செலவினால் அதிக கடன் ஏற்பட்டதால் 4½ ஏக்கர் நஞ்சை பூமியையும் விற்றுக் கடனை அடைக்க நேர்ந்ததென்பதையும் தெரிவித்தார். இவருக்கு சிறுநீரின் மகிமையைச் சொல்லி சாப்பிடும்படி செய்து மூன்றே மாதத்தில் அவரிடமிருந்த சகல நோய்களும் நீங்கி, சரீரத்தில் நல்ல ரத்தம் ஊறி, ஒளி உண்டாகி, நல்ல ஆரோக்கியத்துடனிருக்கிறார். மாதம்தோறும் கிருத்திகைக்கு சென்னிமலை சென்று, மலை ஏறி, இரவு முழுவதும் பஜனை செய்து, கஞ்சிரா வாசித்து மறுநாள் ஊர் திரும்புகிறார். இவருக்கு இப்பொழுது வயது 63. இவருக்கு மூன்றே மாதத்திற்குள் ஒரு நயா பைசா பணச் செலவில்லாமல் இந்த அற்புதமான இயற்கையினால் கொடுக்கப்பட்ட அமிர்தமாகிய சிவாம்புவால் ஆச்சரியமாக குணமடைந்ததைக் கேள்விப்பட்டு அநேக நோயாளிகள் வரத் தொடங்கினார்கள். ஸ்ரீ கேசவ கண்டரே தினம் நாலைந்து பேர்களை கூட்டிக்கொண்டு வருவார். சுமார் 200 பேர்களுக்குமேல் நாள்பட்ட நோயாளிகள், டாக்டர்களினால் கைவிடப்பட்டவர்கள், ஏழைகள், பணக்காரர்கள் ஆண்கள், பெண்கள், சிறு குழந்தைகள், அவரவர் நோய்க்குத் தக்கபடி, நான்கு நாள், ஒரு வாரம், ஒரு மாதம் அல்லது இரண்டு, மூன்று மாதங்களுக்குள் பூரண குணமடைந்திருக்கிறார்கள். இதைப் படிக்கும்

வாசகர்களுக்கு மேற்சொன்னவையெல்லாம் ரொம்ப மிகைப்பட்டதாகவே தோன்றும். நான் எழுதியிருப்பது முற்றிலும் உண்மை என்பதை உறுதி கூறுகிறேன். வெங்கரை கிராமத்தில் என்னிடம் நோயைத் தீர்த்துக்கொள்ள வந்தவர்களில் முக்கியமாக மஞ்சள் காமாலை, ஊது காமாலை, சர்க்கரை வியாதி, சரும நோய்கள், ஊரல், பீனிசம், படை, சொறி, சிரங்கு, வண்டு கடி, வெண்குஷ்டம் (Leucoderma), பெருங்குஷ்டம் (Degenerative Leprosy), பலவித ஜுரங்களால் பீடிக்கப்பட்டவர்கள், தேள் கடி, பாம்புகடி, க்ஷய ரோகம் (T. B.), ஹிருதய ரோகம், ரத்த அழுத்தம், ஆஸ்துமா, குழந்தைகளின் கக்குவான் இருமல், விவர்கட்டி முதலியன. எல்லோருக்கும் ஒரே மருந்துதான். முதலில் மூன்று, ஐந்து அல்லது ஏழு நாள் பட்டினி இருந்து அவ்வப்போது வரும் அவரவர்கள் சிறுநீரை மட்டும் குடித்து, பாட்டிலில் சிறுநீரை நிரப்பி மூன்று நாட்களுக்குமேல் ஏழு நாட்கள் வரை பழையதாக்கி உடலின்மேல் மாலிஸ் செய்வதுதான்.

இன்னும் இரண்டு மூன்று கேசுகளைப்பற்றி சொல்லி விட்டு எனது முன்னுரையை முடித்துக் கொள்கிறேன். அதில் ஒருவர் எனக்கு ரொம்பவும் நெருங்கிய சொந்தக்காரர். நான் ரிஷிகேசம் சென்று 20 வருஷங்களுக்கு மேலாகிறபடியால், தென்னாடு வந்த சமயம் அவரைச் சந்தித்தேன். இடது காலில் பாதத்திலிருந்து முழங்கால் வரையில் ஊரல் (Weeping eczema), நன்றாகத் தடித்து கறுத்துக் காணப்பட்டது. அவ்விடத்தில் மட்டுமல்லாமல், உடல் பூராவும் அரிப்பு, அவர் பார்க்காத வைத்தியமோ ஆஸ்பத்திரியோ கிடையாது. கைகளினால் சொரிந்து அலுத்து, மயிர் வாரிக்கொள்ளும் அலுமினிய சீப்பினால் சதா

காலமும், வர், வர்ரென்று சொரிந்து கொண்டே யிருப்பார். நான் சிறுநீரின் அற்புதமான குணங்களைச் சொன்னதும், அதே தினத்தில், எனக்கு எதிரிலேயே இந்த காயகற்ப மருந்தை உள்ளுக்கு சாப்பிடுவதும், தேய்ப்பதும் தொடங்கி விட்டார். அவர் எனக்கு எழுதிய கடிதத்தின் முக்கியமான பாகத்தை மட்டும் எழுதினால் போதுமானது என நினைக்கிறேன். ''தாங்கள் சொன்னபடி சிவாம்பு சாப்பிடுவதும், வெளியில் தேய்ப்பதும் செய்ததில், பூர்ண குணம். ஆனால் ரொம்பவும் வெளியில் அலைந்துவிட்டு வந்தால் கொஞ்சம் அரிப்பு உண்டாகிறது. மற்றபடி குணம்'' — வருஷக் கணக்கில் ஆயிரக்கணக்கில் செலவு செய்து குணமடையாத நோய் மூன்று மாதங்களில் குணமடைந்து விட்டது என்பதை மட்டும் வாசகர்கள் நினைவில் வைத்துக்கொண்டால் போதுமானது.

மற்றொரு சிந்தனைக்குரிய கேஸ். கோயமுத்தூர் ஜில்லாவில் ஒரு பெரிய பண்ணையார், செல்வந்தர், சாது சந்நியாசிகளிடம் ரொம்பவும் அன்பு செலுத்தி சேவை புரிபவர். இவரை எனக்கு முன்பு பரிச்சயமில்லை. நான் தமிழ்நாடு வந்து திருச்சி ஜில்லாவில் ஒரு சந்நியாசி மடத்தில் இருக்கும் பொழுது இவருடன் அறிமுகம் ஏற்பட்டது. இவரது கையில் குடைச்சல், வலி, டாக்டர்களால் எல்லாவித பரீக்ஷைகளும் செய்யப்பட்டு, இரத்தம், சிறுநீர், ஹிருதயம் எல்லாம் ஆரோக்கியமாகவே இருக்கிறது. உடலில் வேறுவிதமான கோளாறு இல்லை. ஆனால் கைவலியின் காரணம் கண்டு பிடிக்காமலேயே பல மருந்துகள், இஞ்செக்ஷன் கொடுத்து வந்தும் வலி குணமடையவில்லை. நான் 12—5—71 வெங்கரை கிராமத்திற்குச் சென்றபின் ஒரு நாள் மேற்கூறிய மடத்திற்கு சென்ற பொழுது அவரை அவ்விடம் சந்தித்து சிறுநீர் வைத்தியம்

பற்றிச் சொன்னேன். அதன் பிறகு அவரிடமிருந்து 11—8—71 வந்த கடிதத்தின் சாராம்சம் இவ்விடம் எழுதுகிறேன். ''...... அமரிகல்பத்தை நான் தினமும் உபயோகித்து வருகிறேன். கைவலி இல்லை. அதன் உபயோகத்தால் பல நன்மைகள் தெரிகிறது. அமரி என்பது மருந்துகளுக்கு ராஜா. அதைச் சொன்னால் பரிஹசிப்பார்கள். ஆனால் அதன் விஷயம் சொல்லிக்க ஒண்ணாதது. மிகவும் விசேஷமுடைய ஒரு பெரிய ஔஷதம்......''

வெங்கரை கிராமத்தில் 25 வயதுள்ள ஒருவர் ரொம்ப காலம் பிளிசத்தால் கஷ்டப்பட்டு அலோபதி, ஆயுர்வேதம், சித்த வைத்தியம், ஹோமியோபதி முதலியவைகளினால் குணமடையாமல், என்னிடம் வந்து சிறுநீர் நசியம் செய்ததில் ஒன்றரை மாதத்தில் பூரண குணமடைந்து விட்டார். வெங்கரையில் ஒரு பண்டாரத்தின் மனைவிக்கு 6 மாதத்தில் காது செவிடு நீங்கி, கண் ஆபரேஷன் இல்லாமலேயே குணமடைந்தது.

மேல் கூறப்பட்ட உதாரணங்களால் வாசகர்கள் சிறுநீரின் மகிமையை ஒருவாறு அறிந்து கொள்ளலாம். இந்தச் சிறு புத்தகத்தில் வெளியிட்டிருக்கும் விஷயங்கள் என் சொந்த அனுபவம் மட்டுமல்ல, ஸ்ரீ ராவுஜிபாய் மணிலால் படேல், அஹமதாபாத் (குஜராத்) வெளியிட்டிருக்கும் ''மானவ மூத்ரம்'' என்னும் புத்தகத்தில் அவர் கண்டு எழுதிய அனுபவத்திலிருந்தும், அவர் அப்புத்தகத்தில் தொகுத்து எழுதப்பட்டிருக்கும் ஜான் டபுள்யூ ஆம்ஸ்ட்ராங் (Mr. John W. Armstrong) அனுபவத்திலிருந்தும் தொகுத்து தமிழாக்கம் செய்து வெளியிட்டிருக்கிறேன்.

'எதைப் பிறருக்கு உபதேசிக்கிறாயோ அதைத் தன் சொந்த வாழ்க்கையில் கடைப்பிடித்து அனுபவத்தில் கொண்டுவர வேண்டும்' என்பது

எனது சத்குருநாதர் ஸ்ரீ சுவாமி சிவானந்தரின் தலைசிறந்த உபதேசம். இதை அவர் வாழ்நாள் முழுவதும் கடைப்பிடித்தார்.

அதற்கிணங்க இந்த சிவாம்பு சிகிச்சை விஷயத்தில் நானே கண்டு அனுபவிக்கும் சந்தர்ப்பம் சமீப காலத்தில் எனக்கு ஏற்பட்டது. அதன் வரலாறு பின்வருமாறு :-

நான் வெங்கரையில் தங்கியிருந்தபொழுது 1972 மார்கழி மாதம் கேரளத்திலுள்ள சபரிமலை மண்டல பூஜைக்குச் செல்லும் வாய்ப்புக்கிட்டியது. அதுசமயம் சபரிமலையில் எனக்கு மாரடைப்பு (Heart-attack) ஏற்பட்டது. அமரி சாப்பிட்டு வருவதினாலோ என்னவோ அதுசமயம் நான் அதிகமாக பாதிக்கப்படவில்லை. நெஞ்சுவலி, படபடப்புடன் மதியம் 2 மணிக்குச் சாப்பிட்ட உடன், பழனி சாது சாமிகள் மடம் ஸ்ரீ திருமூர்த்தி சுவாமிகளைத் துணைக்குக் கூட்டிக்கொண்டு கிளம்பி இரவு 9½ மணிக்குள், சுமார் 8 மைல் தூரம், சாலக்கயம் வரை நடந்தே வந்துவிட்டேன். எங்கள் குழுவினரால் ஏற்பாடு செய்யப்பட்டிருந்த 5 டாக்சிகளும் அவ்விடம் காத்திருந்தன. ஒன்றில் ஏறிப் படுத்துவிட்டேன். ஒருமணி நேரத்தில் எங்கள் கோஷ்டியைச் சேர்ந்த 30 பேர்களும் வந்து விட்டார்கள். அதில் ஒரு டாக்டரும் இருந்தார். அவர் என்னைப் பரிசோதித்து எனது அபாய நிலையை உத்தேசித்து, வரும் வழியில் வடசேரி என்ற ஊரில் ஒரு பிரைவேட் நர்சிங்ஹோமில் அன்று இரவு தங்கச் செய்துவிட்டார்கள். அவ்விடம் எனக்கு மார்பியா இஞ்செக்ஷன் செய்து தூங்கவைத்தார்கள். மறுதினம் காலை வடசேரியிலிருந்து புறப்பட்டு இரவு 9 மணிக்கு குற்றாலம் வந்தடைந்தோம். அன்றிரவு அவ்விடம் தங்கி மறுநாள் இரவு 8½ மணிக்கு மதுரை வந்து

சேர்ந்தோம். மதுரை எர்ஸ்கின் ஆஸ்பத்திரியில் சேர்த்து சிகிச்சை பெறவேண்டும் என என்னை ரொம்பவும் வற்புறுத்தினார்கள். அதற்கு நான் உடன்படவில்லை. இந்த இரண்டு வருடகாலமாக இருதய நோய் மற்றும் இதர கொடிய வியாதிகளை சிவாம்பு சிகிச்சையினாலேயே குணப்படுத்தியிருக்க, நான் எப்படி வேறு சிகிச்சை செய்துகொள்ள உடன்படுவேன்? மறுநாள் காலை வேலூர் வந்து வெங்கரை வந்தடைந்தேன்.

வரும் வழியில் எனக்கு அரிய சேவை செய்த டாக்டர் குருசாமி திரு. T. V. கிருஷ்ணன், திரு. ராஜலிங்கம் இவர்களை நான் உயிருள்ளவரை மறக்கவே முடியாது. சபரிமலையிலிருந்து புறப்பட்டு சாலக்கயம் வரும் வரை என்னுடன் கூடவே நடந்து வந்து, என் பொருட்டு அதிக சிரமம் அடைந்த ஸ்ரீ திருமூர்த்தி சுவாமிகளுக்கும், சாலக்கயத்திலிருந்து புறப்பட்டு வேலூர்வரை மூன்று தினங்கள் வரும் வழியில் டாக்சியில் இரவு பகலாக என் அருகில் உட்கார்ந்து, நான் கொஞ்சமேனும் தூங்காமல், என்னையே கவனித்து வந்த டாக்டரின் அரிய சேவையை நான் என்றும் மறக்க முடியாது.

வெங்கரை வந்தவுடன் சிவாம்பு சிகிச்சை முறையைத் தொடங்கிவிட்டேன். இதற்கிடையில் அதாவது 15 நாட்களுக்குப் பிறகு நான் இராசிபுரம் போக வேண்டிய அவசியம் ஏற்பட்டது. 1973 ஜனவரி 22, 23, 24 தேதிகளில் ரிஷிகேசம் எங்கள் ஆஸ்ரமத் தலைவர் ஸ்ரீலஸ்ரீ சுவாமி சிதானந்தர் இராசிபுரம் வரும் தகவல் கிடைத்தது. அவரைத் தரிசிக்க அவ்விடம் சென்றேன். அவர் உத்திரவுப்படி 11—2—73ல் கார்டியோகிராம் (Cardiogram) எடுக்கப்பட்டது கார்டியோகிராம் எடுத்த டாக்டர் என்னைக் கூப்பிட்டு, மாரடைப்பு ஏற்பட்டு ஒரு மாதமாகியும் சிகிச்சை ஒன்றும் செய்யாம

லிருப்பதுபற்றி ஆச்சரியமடைந்தார். நான் சிவாம்பு சிகிச்சை செய்து வருவதுபற்றி சொல்லவில்லை. மூன்று மாதத்திற்கு வேண்டிய மருந்துகள் எழுதிக் கொடுத்து, பூரண ஓய்வு எடுத்துக்கொள்ளும்படி சொன்னார்.

இதுவரை சிவாம்பு தவிர வேறு எந்த மருந்தும் சாப்பிடவில்லை. மூன்று மாதத்திற்குப்பிறகு 16 5 73-ல் மதுரை எர்ஸ்கின் ஆஸ்பத்திரியில் கார்டியோகிராம் எடுத்துப் பார்த்ததில், இருதயம் தேறி வருவதாகச் சொன்னார்கள். டாக்டர்கள் என்னைப் பூரண ஓய்வு எடுக்கவேண்டுமென்று சொல்லியிருக்க, இந்த 6 மாதகாலத்தில் நான் பல ஊர்களுக்குச் செல்ல வேண்டிய சந்தர்ப்பங்களும் ஏற்பட்டுவிட்டது. இதனால் எனக்கு எந்தவிதத் தொந்திரவும் இல்லை.

மீண்டும் 1975 ஜூலையில் குஜராத் மாநிலம் ராஜ கோட்டில் அமெரிக்கா சென்று வந்த இருதய நிபுணர் டாக்டர் போகரி (Dr. Bhogari) அவர்கள் கார்டியோகிராம் எடுத்து இருதய நிலைமை சாதாரண நிலையில் உள்ளது (Heart condition is normal) என்றார்கள்.

நாம் இப்புவியில் பிறவியை எடுத்துள்ளோம். ஒரு நாள் இறப்பது நிச்சயம். இது தவிர்க்க முடியாதது. ஆனால் இறப்பு எப்பொழுது சம்பவிக்கும் என்பது நமக்குத் தெரியாது. அதைச் சந்தோஷமாக வரவேற்க வேண்டும். இந்த உண்மையை நாம் அறிந்திருக்கிறோம். ஆனால் உயிருள்ளவரை நோயற்ற வாழ்வை வாழ வேண்டும். ''சிறுநீர் வைத்தியம்'' நோயற்ற வாழ்வை நமக்கு அளிக்கின்றது'' என்ற உண்மையை நான் எனது இந்த சொந்த அனுபவத்திலிருந்து திடமாக நம்புகிறேன்.

எனது 5 வருட சிறுநீர் வைத்திய அனுபவத்தில் பல நோய்களால் பிடிக்கப்பட்டவர்கள் சிவாம்பு சிகிச்சை மூலம் விரைவில் குணமடைந்திருக்

கிறார்கள். சிவாம்பு என்கிற சிறுநீர் சிகிச்சையில் வியாதியின் தன்மையைக் கண்டறிய வேண்டிய அவசியமில்லை. இரத்தப்பரீக்ஷை, மூத்திரப் பரீக்ஷை, மலப்பரீக்ஷை, கபப் பரீக்ஷை, ரத்த அழுத்தம், எக்ஸ்-ரே, கார்டியோகிராம் முதலிய எதுவும் தேவை இல்லை. தனித்தனி நிபுணர்களிடம் ஓட வேண்டிய அவசியமும் இராது. தான் உடல் நலமற்று இருப்பதை அறிந்தவுடன் சிறுநீர் சிகிச்சை ஆரம்பிக்கலாம். நோயிலிருந்து குறுகிய காலத்தில் விடுதலை பெறலாம்.

அமரி கல்பத்தை உபயோகித்து தீராத வியாதிகளைத் தீர்த்துக்கொண்ட அன்பர்களின் வேண்டுகோளாலும், இதுபற்றிய அனுபவங்களைத் தமிழில் ஒரு புத்தக ரூபமாக அவசியம் கொண்டு வரவேண்டுமென்று சொல்லிய குருபிரகாசானந்தா, சிவானந்த ஆஸ்ரமம், இராசிபுரம்; திரு T.V. கிருஷ்ணன் அபிராமி மில்ஸ், வெங்கமேடு, கரூர்; இவர்களின் வற்புறுத்தலின் பேரிலும் ராவ்ஜீபாய் மணிலால் படேல் எழுதிய ஹிந்தி புத்தகத்திலிருந்து சில முக்கியமான பகுதிகளைத் தொகுத்து தமிழாக்கம் செய்யப்பட்டிருக்கிறது.

இதை சிரத்தையுடன் மொழிபெயர்த்து உதவிய ஹிந்தி பண்டிட் ஜெயராம்ஜி அவர்களுக்கு எனது மனமார்ந்த நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

அனைவருக்கும் சத்குரு தேவனும், ஆண்டவனும், ஆரோக்கியம், நீடித்த ஆயுள், சாந்தி, செழிமை கைவல்ய மோக்ஷம் ஆகியவற்றை அளித்து ஆசீர்வதிப்பாராக.

இந்தப் புத்தகத்தை குறைந்த நாட்களில் மிகச் சிறந்த முறையில் அச்சடித்துக் கொடுத்த சிவகாசி தி ஓரியண்ட் பிராஸஸர்ஸ்க்கு எனது மனமார்ந்த நல்லாசியைத் தெரிவித்துக்கொள்கிறேன்.

சுவாமி பூமானந்தா

ஓம்

சிவாம்பு சிகிச்சை

1. நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்

ஆண்டவனுடைய படைப்பில் மனிதப் பிறவி எல்லாவற்றையும்விட சிறப்பாகக் கருதப்படுகிறது. நாம் மானிடப் பிறவியை எடுத்துள்ளோம். நாம் வாழ்வாங்கு வாழ இன்றியமையாத ஒரு அம்சம் என்னவென்றால் அதுதான் நமது உடல் ஆரோக்கியம். ஒருவனுக்கு எல்லா வசதிகளும் இருக்கலாம். நிறைய பணம் இருக்கிறது, பங்களா இருக்கிறது, நல்ல படிப்பு, மோட்டார்கார், ரூபவதியான மனைவி, அழகான குழந்தைகள், பதவி, பட்டம், புகழ் எல்லாம் இருந்தும், அவனது ஆரோக்கியம் சரியில்லாமல் கொடிய தீராத வியாதியால் பீடிக்கப்பட்டிருந்தால், வாழ்க்கையில் அவன் ஆனந்தத்தை அடைய முடியாது.

அமெரிக்காவில் வசித்து வந்த காலஞ்சென்ற ஹென்றி போர்டு (Henry Ford), ராக் பெல்லர் (Rockfeller) இவர்களைப்பற்றி நீங்கள் அறிந்திருப்பீர்கள். உலகிலேயே பெரும் பணக்காரர்களும் (Multi Millioners) முதல், இரண்டாவது ஸ்தானம் வகித்து வந்தவர்கள். நிறைய பணமிருந்தும் இறக்கும் வரை அவர்களுக்கு ஆனந்தமென்பதே கிடையாது. ஏன்? இருவருக்கும் கடைசி காலம் வரை உடல் ஆரோக்கியம் சரியில்லை. ஆகையால் தான் நம் முன்னோர்கள் ''நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்'' என்றும், ''சரீரம் ஆத்யம் கலுதர்ம சாதனம்'', என்றும் ''நோய்க்கு இடங் கொடேல்'' என்றும், ''தர்ம, அர்த்த, காம, மோக்ஷாணும், ஆரோக்யம் மூலம் உத்தமம்'' என்றும் கூறியுள்ளார்கள். அதாவது அறம், பொருள், இன்பம், வீடு என்ற நான்குவித

புருஷார்த்தங்களைச் செய்ய, உடல் ஆரோக்கியம் அடிப்படையான அவசியம் என்பதைப் பகர்ந்திருக்கிறார்கள்.

பொதுவாக எல்லா ஜீவராசிகளுக்கும் உயிர் வாழ்வதற்கு வேண்டிய தேவைகளை, அவைகள் இப்பூவுலகில் ஜனிக்கும் முன்பே எல்லாம் வல்ல இறைவன் படைத்திருக்கிறான். மனிதப் பிறவியை எடுத்துக்கொள்வோம். சிசு பிறப்பதற்கு முன்பே தாயிடம் பாலையும் கொடுத்துவிடுகிறான் கடவுள். தாயின் பாலில் கெடுதல் இல்லை. தாயின் உணவு வகைகளில் குறைபாடு இல்லாதிருந்தால் தாய்ப் பால் குழந்தையின் தேக ஆரோக்கியத்திற்கும், அதன் வளர்ச்சிக்கும் உகந்ததாக ஆகிறது. ஆனால் பெற்றோர்களின் ஆகார விஷயங்களிலோ அல்லது அவர்களின் ஒழுக்கக் குறைவினாலோ, தாய்ப் பாலில் தீமை உண்டாகுமேயானால், ஆண்டவன் அதற்கும் ஒரு வழியை வகுத்து இருக்கிறான். அது தான் அந்தக் குழந்தையின் சிறுநீர்.

நமது இந்து தேசத்தில் சிசுக்கள் பிறந்தவுடன் அதன் சிறுநீரையே கொடுத்து, சிசு வளர்ந்து புத்தி வந்தவுடன் அச்சிசுவிற்கு இதைச் சொல்லி தினம் ஒரு முறையாவது குடிக்கும்படிச் செய்து வந்தார்கள் என்ற விவரம் சமீப காலத்தில் நம்மிடையே இருந்த ஸ்ரீ கடப்பை சச்சிதானந்த சுவாமிகள் அருளிய ''ஜீவப்பிரம்ம ஐக்கிய வேதாந்த ரகசியம்'' என்னும் நூலில், ''கல்பம் எது?'' ''அமரி எது?'' என்ற அத்தியாயத்தில் கூறியிருக்கிறார். மற்றும் பழைய சரித்திரங் களிலிருந்தும், பரம்பரையாக நம் நன்னோர்கள் எழுதியிருக்கும் நூல்களிலிருந்தும், மனிதவர்க்கம் தங்கள் சிறுநீரையே உபயோகித்து, தேகாரோக்கியத்தைப் பாதுகாத்து வந்தார்கள் என்பது தெரிகிறது.

அபரிமிதமான உணவினால், ஆடம்பர வாழ்க்கையினால், அடக்கமின்மையினால், கெட்ட பழக்க வழக்கங்களினால், கட்டுப்பாடற்ற நடத்தை யினால், அதிகமான உழைப்பு அல்லது உழைப்பே இல்லாத சோம்பேறித்தன வாழ்க்கையினால் அல்லது வேறு பரம்பரை காரணத்தினால் (Hereditary) மனிதன் ஏதாவது ஒரு வியாதியினால் பீடிக்கப் படுகிறான். அந்நோய்களைப் போக்கிக்கொள்ள அவரவர் சிறுநீரையே உபயோகித்து குணப்படுத்தி வந்தார்கள்.

சிவாம்பு, சிவநீர், அமரி, சிறுநீர் என்ற பெயர்கள் எல்லாம் மனிதன் கழிக்கும் மூத்திரத் தையே குறிக்கின்றன. சாதாரணமாக இது ஒரு கழிவுப்பொருள். வெறுக்கத்தக்கது என்று மாந்தர்கள் அறியாமையால் சொல்கிறார்கள். திருமூலர் திருமந்திரத்தில் 3-வது தந்திரம் ''அமுரி'' தாரணை என்ற அத்தியாயத்தில் எழுதியுள்ளார்.

ருத்ரயாமளடாமர தந்திரம் ''சிவாம்பு கல்பம்'' என்ற அத்தியாயத்தில் சிவபெருமான் உமாதேவிக்கு உபதேசம் செய்துள்ளார். 'தேவ பார்வதி! மானவ மூத்திரம் விலை மதிக்க முடியாத சர்வரோக சஞ்சீவியான அமிருதம். இதன் மகிமை சொல்லிக்க ஒண்ணாதது'. இது விஷயமாக சிவன் பார்வதிக்கு உபதேசித்த நூற்றி எட்டு சுலோகங் களில் சில இப்புத்தகத்தில் எழுதியுள்ளேன். மற்றும் வட மொழியிலுள்ள ஆயுர்வேத நூல் களாகிய சுசுருத சம்ஹிதை, ஹாரித சம்ஹிதை, வ்ருத்த வாக்பட்ட-அஷ்டாங்க சங்கிரகம், பாவ பிரகாசம் முதலிய வைத்திய நூல்களில் சிறுநீரின் மகிமையை ஒரு காயகல்ப மருந்தாக வர்ணித்திருக் கிறார்கள். ''சிவ சம்ஹிதை'' ''யோக ரத்னாகரம்''

''ஹடயோக பிரதீபிகை'' முதலிய யோக நூல்களிலிருந்தும் ஸம்ஸ்கிருத சுலோகங்களும், தமிழ் அர்த்தமும் இந்நூலில் விரிவாக எழுதியுள்ளேன்.

மேலும் நமது தமிழ் நாட்டில் ஞானிகளும், சித்தர்களும் சிறுநீரைக் கையாண்டிருப்பது அவர்கள் எழுதியிருக்கும் நூல்களிலிருந்து தெரிய வருகிறது. போகர், அகத்தியர், தேரையர், திருமூலர், திருவள்ளுவர், காக புசுண்டர் முதலிய மகான்கள் சிறுநீரின் மகிமையைத் தங்கள் நூல்களில் செய்யுளாகவும், பாட்டாகவும் எழுதியுள்ளார்கள். சிவபெருமான் இந்தச் சிறுநீரை ''சிவாம்பு'' என்றும், ஆயுர்வேத நூல்களில் ''மானுஷமூத்ரம்'' என்றும், திருமூலர் ''அமுரி'', ''சிவநீர்'' என்றும், போகர், அகஸ்தியர், ''அமரி'' என்றும், தேரையர் ''சிறுநீர்'' என்றும் குறிப்பிட்டிருக்கிறார்கள். சித்த வைத்திய நூலாகிய ''பதார்த்த குண சிந்தாமணி''யிலுள்ள செய்யுளைக் கீழே குறிப்பிடுகிறேன்.

காணுக்கடி போம் கழித்தெழுந்த வீக்கமது
காணாது காயசித்தி கைக்குளாம் — பூணே
பதித்த கொங்கை மாதே பகர் மாந்தருக்குள்
உதித்த சிறுநீருக்கென்று ஓர்

இதுவுமது

அங்கி உவருரு சிறுநீர் வாதம் போக்கும்
அதைப்பருகில் இருமல், இரைப்பு, இரத்த நோயும்
பொங்கிவரு மேகவிகாரம் கிரந்திபுண்கள் போம்
அதை நசியம் புரிகில் சூடும்
தங்கியதோர் அபஸ்மாரம், சந்நியாசம்
சர்வ விஷம், விஷசுரமும் தலநுண்டோடும்
இங்கதனைத் தொட்டலம்பில் கண், முகம், காது
இவ்விடத்தில் எழும் விரணம் இரியும் தானே.

அதாவது மாந்தர்களின் ஆரோக்கிய உவர் சுவையை உடைய சிறுநீரினால் காணுக்கடி வீக்கமும், சோகையும் (சோகை, காமாலை) வாத நோய்களும் தீரும். அதை முறைப்படி பருகில், இருமல், சுவாச காசம், அஜீர்க்கரம், ரத்தக்கொதிப்பு, மற்றும் ரத்த சம்பந்தமான நோய்களும், மேக மூத்திரம், கிரந்தி, ரணம் ஆகியவை தீரும். சிறுநீர் கொண்டு மூக்கினால் நசியம் செய்தால் (பருகினால்) தேகச்சூடு, சுரம், அபஸ்மாரம் (காக்காய் வலிப்பு), சந்நியாசம் (ஜன்னி), விஷம், விஷக்காய்ச்சல்களும் நீங்கும். சிறுநீரினால் முகம் கழுவினால், விழி, முகம், செவி இவ்விடங்களில் எழும் கட்டிகள், முகப்பரு, மரு, தேமல், நாவிதன் சொரி, ரணங்கள் குணமடையும். இது ஒரு காயசித்தி மருந்தாகும்.

இது விஷயமாக சமீப காலத்தில் எல்லாத் தினசரிப் பத்திரிக்கைகளிலும் வெளிவந்த செய்தியைக் கீழே குறிப்பிடுகிறேன்.

தினமணி – 5 – 2 – 73.

''சிறுநீர் குடியுங்கள், தீராத நோயே கிடையாது, ஆங்கில டாக்டரின் அபூர்வ ஆராய்ச்சி.

பம்பாய் — பிப். 4.

இருபது படுக்கைகள் கொண்ட உலகிலேயே புதுமையான ஒரு ஆஸ்பத்திரியை இங்கு கட்ட இப்பொழுது முயற்சிகள் மேற்கொள்ளப்பட்டு வருகின்றன. புல்சாரைச் சேர்ந்த 80 வயதான பிரபல வைத்தியரான டாக்டர் பிராக்ஜிபாய் டி. தேசாய், எம்.பி.பி.எஸ். (Dr. Pragjibhai D. Desai, M. B. B. S. Bulsar, Gujarat) இந்த ஆஸ்பத்திரியை அமைக்க இருக்கிறார். அவருடைய

இந்த ஆஸ்பத்திரியில் எல்லா வகை நோய்களுக்கும் சிகிச்சை அளிக்கப்படும். ஆனால் எல்லா நோய்களுக்கும் சர்வரோக சஞ்சீவியாக அவர் பயன்படுத்தும் ஒரே மருந்து 'சிவாம்பு' (அதாவது நோயாளியின் சொந்த மூத்திரம்) ஆகும்.

இங்கு பல நோயாளிகள், பத்திரிக்கை நிருபர்களிடையே டாக்டர் தேசாய் பேசுகையில், பதினைந்து ஆண்டு காலமாக, தான் இந்த சிகிச்சை முறையைக் கையாண்டு வருவதாயும், மூத்திரத்தின் அற்புத சக்தி பற்றி சந்தேகமில்லை என்றும், மலேரியா, டைபாயிடு உள்ளிட்ட எல்லாவிதக் காய்ச்சல்கள், வயிற்றுப் புண் போன்ற பயங்கர நோய்களுக்கு ஆரம்ப கட்டத்திலிருந்தே இந்த சிகிச்சையைத் தொடர்ந்து அளித்து வந்தால் அவை குணமாகிவிடுவதாகவும் அவர் கூறினார்.

இந்த சிகிச்சையில் ஒரு பெரிய சாதகம் என்ன என்றால், ஒருவருக்கு என்ன நோய் எனச் சோதித்து அறியும் வரை சிகிச்சையை நிறுத்தி வைக்க வேண்டியதில்லை. லேபரடரி சோதனை முடிவுகள், எக்ஸ்-ரே; கார்டியோகிராம், அறிக்கைக்காகக் காத்திருக்கவும் வேண்டியதில்லை. இந்த வைத்திய முறை சிறந்தது என்பது அமெரிக்காவிலும், ஜப்பானிலும் நடந்துள்ள ஆராய்ச்சிகளிலிருந்தும் உறுதிப்பட்டுள்ளது. சிறுநீரில் பல முக்கியப் பொருள்கள் மட்டுமின்றி பலவித ஹார்மோன்கள், என்சைம்கள், டைரெக்டின், உரோகினேஸ் போன்ற கிருமி கொல்லிகளும் அடங்கியுள்ளன. பிளவை நோய், இருதய நோய், மூளை நோய், நுரையீரல் நோய் போன்றவையும் இந்த சிகிச்சை முறையில் குணமாகிறது. இது நவீன சிகிச்சை முறை அல்ல. நம் முன்னோர்களின் ஆயுர் வேதம், மாந்திரீகம் முதலிய புத்தகங்களில் இந்த முறை விவரிக்கப்

பட்டுள்ளது. முன்னாள் குஜராத் முதல்வர் டாக்டர் ஜீவராஜ் மேதாவின் பொரிகக்கு இணங்கவேதான் இத்துறையில் ஈடுபட்டதாக மேலும் டாக்டர் தேசாய் கூறினார்.''

குஜராத்தில் சிறுநீர் வைத்தியம் ஏற்கனவே பிறபலமாகி இருக்கிறது என்பது ராவ்ஜிபாய் மணிபாய் படேல் என்பவர் எழுதியிருக்கும் ''மானவ மூத்திரம்'' என்னும் நூலிலிருந்து தெரிய வருகிறது. இவர் மஹாத்மா காந்தியுடன் ஆமதாபாத் சபர்மதி ஹரிஜன ஆசிரமத்தில் இருந்து சேவை செய்துவந்தார். இவர் லண்டனில் வசித்து வந்த காலஞ்சென்ற ஜான் டபிள்யூ. ஆர்ம்ஸ்ட்ராங் (John W. Armstrong, London) என்பவர் எழுதியிருக்கும் ''வாட்டர் ஆப் லைப்'' (Water of Life) என்ற சிறுநீர் சிகிச்சை நூலின் உதவியால் தனது இருதய நோயைப் போக்கிக் கொண்டதுமல்லாமல் ஆயிரக்கணக்கான பலதரப்பட்ட நோயாளிகளையும் குணப்படுத்தியிருக்கிறார். அவருடைய அனுபவத்தின் விளைவுதான் மானவ மூத்திரம் எனும் நூல். இந்தப் புத்தகத்திற்கு மஹாத்மாகாந்தி, வினோபாஜி, டாக்டர் ஜீவராஜ் மேதா, மொரார்ஜிதேசாய், U. N. தேபர் மற்றும் ஆங்கில ஆயுர்வேத டாக்டர்களும் மதிப்புரை எழுதியுள்ளார்கள்.

ஆரோக்கியமான உடலிலிருந்து வரும் சிறுநீரில் உடலுக்குத் தேவையான போஷாக்குத் தத்துவங்கள் இருக்கின்றன என்பதை டாக்டர் பரன் (Dr. Fehren) செய்த விஞ்ஞான ஆராய்ச்சியிலிருந்து தெரியவந்திருக்கிறது. ஆரோக்கியமானவனுடைய சிறுநீரில் பத்தொன்பது போஷாக்குத் தத்துவங்கள் அடங்கியிருப்பதாகக் கண்டுபிடித்திருக்கிறார். ரசாயன நூல், உடல் நூல்

ஆராய்ச்சியாளர்களும், மனித உடலுக்கு மிகவும் போஷாக்கைத் தரக்கூடிய, நன்மை தரக்கூடிய யூரியா அதிக அளவில், அதாவது 3400 மில்லி கிராம் சிறுநீரில் 1459 மில்லி கிராம் யூரியா இருப்பதாகக் கண்டுபிடித்து இருக்கிறார்கள்.

தற்கால மனித உலகில் விஞ்ஞான ரீதியில் கண்டுபிடித்திருக்கிறார்கள் என்றால் நம்புகிறார்கள். அதிலும் அமெரிக்கா, ரஷியா, ஜப்பான் போன்ற மேலை நாடுகளில் ஆராய்ச்சி செய்து கண்டுபிடித்திருக்கிறார்கள் என்றால்தான் நாம் நம்புகிறோம். ஆனால் விஞ்ஞானக் கண்டுபிடிப்பில் பத்து வருடங்களுக்கு முன் கண்டுபிடித்தது இன்று மறைந்துவிட்டது. உடல் நூல் ஆராய்ச்சி யாளர்கள் ஏதோ ஒரு புதிய விஷயத்தைக் கண்டு பிடிக்கிறார்கள். அவர்கள் முடிவு கடைசியானது என்று உலக முன்னிலையில் வைக்கிறார்கள். சில ஆண்டுகளுக்குப்பிறகு வேறு ஆராய்ச்சியாளர்கள் அதைப்பற்றி வேறு முடிவைக் கண்டுபிடிக்கிறார்கள். கடைசி முடிவு என்று கூறப்பட்டது இருந்த இடம் தெரியாமல் போய்விடுகிறது. உலகத்தில் நேற்று வரை சீரும் சிறப்புடனும் இருந்த பொருள் இன்று பயனற்றும், மதிப்பிழந்தும் போய்விடுகிறது. ஆனால் சிறுநீரின் நிலை அப்படி இல்லை. இது பழமையானது. மாறாதது. ஆண்டவன் பூரணத் தன்மையைப் பெற்றிருப்பது போலவே இதுவும் பெற்றிருக்கிறது. ஆண்டவனால் அளிக்கப்பட்ட அற்புதமான வரப்பிரசாதமாகும். மனிதனின் உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு விலை மதிக்க முடியாத ஒரு பொருள்.

2. ஆயுர்வேதத்தில் மூத்திர சிகிச்சை

1. சுசுருத சம்ஹிதை :

'மூத்ரம் மானுஷம் ச விஷாபஹம்'

மானவ மூத்திரம் விஷத்தைப் போக்கவல்லது.

2. ஹாரித சம்ஹிதை :

மானுஷம் மூத்ரம் க்ஷாரகடுகம் லகு சோஷ்யதே
சக்ஷுரோகஹரம் பல்யம் நிபணம் கபநாசனம்

உப்பு, உரைப்பு உள்ளதாயும், லேசாகவும் உள்ள மானவ மூத்திரம் கண் நோய்களைப் போக்குகிறது. உடலுக்கு வலுவைத் தருகிறது. ஜீரண சக்தியை அதிகரித்து தேக காந்தியை அளிக்கவல்லது. கபத்தை நாசம் செய்கிறது. தேக பளுவைக் குறைக்கிறது.

3. வ்ருத்த வாக்பட்ட — அஷ்டாங்க சங்கிரஹம் :

நேத்ர ரோகஹரம், பித்தம், ப்ரவ்ருத்தம் ச நியச்சதி
பித்தம், திக்தம், க்ருமிஹரம் ரோசனம் கப வாதஜித்
திக்தம் பாமாஹரம் மூத்ரம் து விஷாபஹம்.

கண் நோய்களைப் போக்கி, அதிக பித்தத்தால் உண்டாகும் தலைவலி, கிறுகிறுப்பு, மயக்கம், வாந்தி, ஜீரணக் கோளாறுகள் முதலிய வியாதி களைக் குணப்படுத்துகிறது. பித்தத்தால் ஏற்படும் வாய்க் கசப்பைப் போக்கி, நல்ல ருசியை உண்டுபண்ண வல்லது. விஷப் பூச்சிகளை நாசம் செய்கிறது. கபம், வாதம் இவைகளினால் உண்டாகும் சகல நோய்களையும் குணப்படுத்து கிறது. மானவ மூத்திரம் விஷத்தைப் போக்கி,

தோல் சம்பந்தமான எல்லாவித நோய்களையும் குணப்படுத்தி தேகத்திற்கு ஆரோக்கியத்தைக் கொடுக்கிறது.

4. பாவப்ரகாஷ் :-

நர மூத்ரம் கரம் ஹந்தி ஸேவிதம் தத்ரஸாயனம்
ரக்த பாமாஹரம் தீஷ்ணம் ஸக்ஷார லவணம்
ஸ்மிருதம்

நர மூத்திரம் சரீரத்திலுள்ள விஷத்தைப் போக்குகிறது. விஷ சம்பந்தமானதும், தோல் சம்பந்தப்பட்ட வியாதிகளையும், ரத்த சம்பந்தமானதும், சிவப்புத் தேமல், ஊரல் முதலியவைகளைக் குணப்படுத்தவல்லது. அது சேவிக்கப் பட்டால் அதாவது உபயோகிக்கப்பட்டால் சிறந்த ரசாயனமாகிறது. உப்பு, உரைப்புடைய சிறுநீர் தேகச் சூட்டைத் தணிக்கிறது.

5. சிவ சம்ஹிதை :-

அமரீம் ய: பிபேந்நித்யம் நஸ்யம் குர்வன்
தினே தினே
வஜ்ரோலிம் அப்யஸேத் ஸம்யக் அமரோலி
இதி கத்யதே

எவனொருவன் சிவாம்பு என்ற அமிர்தத்தைக் குடிக்கிறானோ, நசியம் செய்கிறானோ, அவன் அமுரி தாரணை செய்தவனாகிறான்.

6. ஹடயோக ப்ரதீபிகை :-

பித்தோல் பணத்வாத் ப்ரதமாம்புதாரம்
விஹாய நி: ஸாரதயா அந்த்யதாராம்
நிஷேவ்யதே சீதல மத்யதாரா
கபாலிகே கண்டமதே அமரோலி

பித்தமாகிய முதல் பாகத்தையும், சாரமற்றதாகிய கடைசி பாகத்தையும் விட்டுவிட்டு, சீதளமாகிய மத்திய பாகத்தைப் பானம் செய்ய வேண்டும். கண்ட கபாலிகர் இதை அமரோலி முத்திரை என்று சொல்கிறார்கள்.

3. அமுரி தாரணை

(திருமூலர் – திருமந்திரம் – 3-வது தந்திரம்)

சிறுநீரை திருமூலர் அமுரி, சிவநீர் எனக் குறிப்பிடுகிறார். இது உடலிற் சுரந்து உவருடையதாகக் கழிவது. அமுரி கல்பம் என பதினெண் சித்தர் பாடலிலும், வைத்திய நூல்களிலும் விளக்கப் பெற்றுள்ளது. கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ள சில பாட்டுகளும், அதன் உரையும், சைவ சித்தாந்தக் கழக வெளியீடு, திருவாடுதுறை ஆதீன வெளியீடு இவைகளைத் தழுவி எழுதப் பட்டிருக்கிறது.

1. உடலிற்கிடந்த வுறுதிக்குடிநீர்க்
கடலிற் சிறு கிணற் றேற்ற மிட்டா லொக்கும்
உடலில் ஒருவழி ஒன்றுக் கிறைக்கில்
நடலைப் படாதுயிர் நாட லுமே.

உடலில் ஊறும் குடிநீரை (சிறுநீரை) அது ஊறும் இடமும், சுவையும் உணர்த்தக் கடலில் என்றும், சிறு கிணறு என்றும், அது வெளிப்படு வாயிலை ஏற்றம் என்றும் குறித்தார்கள். கடல் நீர் மேகத்தால் மொண்டு உவர் நீக்கி நன்னீராவது போல, இவ்வுடலின் கண் உயிர்ப்புப் பயிற்சியால் மாறு இனிய சிவநீர் கடலருகே தோன்றும் சிற்றூரல் போன்றது. ஒருவழி ஒன்றுக்கு இறைக்கில் – ஒரு கையளவு பிடித்து வாய் வழியாக வயிற்றுக்கு இறைக்கில் – இப்பயிற்சியை இடைவிடாது இயற்றத் துன்பமில்லை.

2. நூறு மிளகு நுகருஞ்சிவத்தினீர்
மாறும் இதற்கு மருந்தில்லை மாந்தர்கள்
தேறில் இதனை தெளியுச் சிகப்பிடின்
மாறும் இதற்கு மறுமயிருமே.

நூறு மிளகு அளவு சிறுநீரை அருந்துங்கள். இதற்கு மாறான மருந்து ஒன்றுமில்லை. இதைத் தெளிந்த உச்சியில் அப்பினால் அதாவது தேய்த்துக் குளித்தால் நரை மயிர் மாறிக் கருக்கும்.

3. கரையருகே நின்ற கானல் உவரி
வரை வரை என்பர் மதியிலா மாந்தர்
நுரை இரை நீக்கி நுகர வல்லார்க்கு
நரை இரை மாறு நமனுமங்கில்லையே.

கொப்பூழ்க் கீழ் கரைக்குப் பக்கத்திலிருக்கின்ற கானலிலுள்ள உப்பு நீரை கழிக்கப்படும் பொருள், வெறுக்கத் தக்கது என அறிவற்ற மக்கள் பகர்கின்றனர். பித்தப்பாங்காகிய முதல் தாரையையும், சாரமற்றதாகிய கடைசி தாரையையும் கொஞ்சம் விட்டுவிட்டு, அமிர்தமாயிருக்கும் மத்திய தாரையைப் பிடித்து அருந்த வல்லார்க்கு நரையும் திரையும் மாறும்.

வீர மருந்தென்றும், தேவர் அமுதமென்றும், சக்தி அமுதமென்றும், எனது குரு நாதனாகிய நந்தி அருள் செய்தான். இதனை, ஆதி மருந்து என்று அறிவார்கள். சோதி மருந்தாகிய இதனை அகவிடத்தார்க்குச் சொல்லக்கூடாது.

உலகத்தார்க்கு உரைக்க வொண்ணாது என்றது இதன் அருமையும் பெருமையும் அறியாமையால் எள்ளி நகையாடுவர் என்பது கருதியே.

4. கல்பம் எது? அமரி எது?

(கடப்பை ஸ்ரீ சச்சிதானந்த சுவாமிகள்
ஜீவப்ரம்ம ஐக்கிய வேதாந்த ரகசியம்)

''அன்பர்களே! நமது இந்து தேசத்தில் சிசுக்கள் பிறந்தவுடன் அச்சிசுக்களுக்கு இதர குழந்தைகளின் சிறுநீரைப் பிடித்து மூன்று தினங்கள் கொடுப்பது உலகமறிந்த விஷயமன்றோ? இவ்வப்பியாசம் ஆதியில் பெரியோர்களால் ஏற்படுத்தப் பட்டது. சிசுக்களுக்கு சிறுநீர் மூன்று தினங்கள் மட்டும் கொடுத்து நிறுத்தி விடுவதினால் யாதொரு பிரயோஜனமும் உண்டாக மாட்டா. சிசுவிற்கு யாதொரு வியாதியும் வராமல் சுகமாயிருக்க வேண்டுமென்று நினைக்கப்பட்ட தாயானவள் என்ன செய்ய வேண்டுமென்றால், சிசு பிறந்த நாள் முதல் அதற்குப் புத்தி வரும் வரையில், ஒரு நாளும் தவறாமல், அதே நினைவாய்ப் பிரதி தினம் காலையில், சிசு விடும் சிறுநீரில் முதற் பாகம் சிறுநீர் பித்தமாயும், கடைசி பாகம் பிரயோஜனமற்ற தாயும் இருப்பதனால், இவ்விரண்டு பாகங்களையும் நீக்கி மத்தியில் வரும் தாரை அமரியா அதாவது அமிர்தமாயிருப்பதால், அதை ஒரு சிறிய கிண்ணத்தில் பிடித்துக் கொண்டு, சிசுவிற்குப் பால் கொடுப்பதற்கு பத்து அல்லது பதினைந்து நிமிஷங்கள் முன்பு, மேற்படி சிறுநீரின் இரண்டு பாலாடை அல்லது சங்கு குடிப்பித்து, பிறகு பால் கொடுக்க வேண்டும். இவ்விதமாய்க் கொடுத்து வந்து குழந்தைக்குப் புத்தி வந்தவுடன் காலையில் எழுந்து பிரதி தினமும் சிறுநீர் அருந்தும்படி செய்து, வற்புறுத்திப் பழக்கத்தில் கொண்டுவர வேண்டும். மத்தியில் வரும் சிறுநீரில் மூன்று கையாவது பிடித்துக் குடிக்கும்படி செய்ய வேண்டும். இப்படிப் பருகி வரும் சிறுவர்

சிறுமியர்களுக்கு யாதொரு வியாதியும் வராமல் எப்போதும் சுகமாகவே இருப்பார்கள். இச் சுகத்தை அனுபவத்தில் காணலாம். இவ்வப்பியாசம் இன்னும் சில குடும்பங்களில் இருந்து வருகிறது. இவ்விஷயம் அவர்களின் கடித மூலமாகத் தெரிய வந்தது. பெரியோர்களால் ஏற்படுத்திய மறைப் பொருளாகிய இந்த ரகசியம் எல்லோரும் அறிந்து அப்பியாசம் செய்யும் பொருட்டே இந்நூலில் எழுதப்பட்டது. ஆதலால் இதை வாசிக்கப்பட்ட யாவரும் பிரதி தினம் காலையில் சங்கு தீர்த்தம் கையில் பிடித்து பொங்கு தீர்த்தம் பானம் செய்ய வேண்டும். இப்படி பன்னிரண்டு வருஷங்கள் சாப்பிட்டு வந்தால், அவர்களின் சரீரத்தை விஷப்புழுக்கள், தேள், சர்ப்பம் முதலியவை தீண்டியபோதிலும் அவர்களுக்கு விஷம் ஏறமாட்டா. இதற்குப் பத்தியம் இல்லை. எல்லாம் சாப்பிடலாம். இப்படிப்பட்டவர்களுக்கு சிசு தரிக்கும் பக்ஷத்தில் அச்சிசு யாதொரு வியாதியும் இல்லாமல் மிகவும் சுகமாகவே இருக்கும்''.

5. ஒரு யோகியின் அனுபவம்

நான் இந்தப் புத்தகம் அச்சுக்குக் கொடுக்கு முன் கரூருக்கு அருகில் உள்ள நெரூர் கைலாஸ ஆசிரமத்திற்கு சென்றிருந்தேன். அவ்விடம் மடாதிபதியாயுள்ள தவத்திரு ஸ்ரீலஸ்ரீ சதா சிவானந்தரிடம் ''சர்வ ரோக நிவாரணி'' கைப் பிரதியை வாசித்துக் காண்பித்தேன். அதுசமயம் கொமாரபாளையத்திலிருந்து நம் தமிழ் நாட்டு சாதுவாகிய ஸ்ரீலஸ்ரீ சிவானந்தர் அம்மடத்திற்கு வந்திருந்தார். அவரும் பக்கத்திலிருந்தார். நான் வாசித்து முடித்தவுடன் அவர் சொன்னதாவது:— ''எனக்கு இப்பொழுது வயது 85. கடந்த 50

வருஷங்களாக அமரி சாப்பிட்டு வருகிறேன். பால், பழம், தேன்தான் எனது ஆகாரம். சில சமயம் இவை கிடைக்காத இடங்களில் அன்பர்கள் கொடுக்கும் உணவையே சாப்பிடுகிறேன். இது வரை பிணி என்பது என்னவென்றே எனக்குத் தெரியாது. ஒரு சமயம் குகையில் நான் தியானத்திலிருந்தபொழுது, ஒரு விரியன் பாம்பு என் தொடையைக் கவ்விற்று. நான் தியானத்தை விட்டு அதைக் கையில் பிடித்து இழுத்தேன். குகைக்கு வெளியில் கொண்டுவந்து எறிந்து விட்டேன். தொடையில் ரத்தம் பெருகிற்று, உடனே துணியைக் கிழித்து சிறுநீரில் நனைத்து, புண்ணையும் சிறுநீர் விட்டுக் கழுவி, துணியை அதன் மேல் வைத்துக் கட்டினேன். இரத்தப் பெருக்கு உடனே நின்றது. நான்கு நாட்களில் புண் ஆறி குணம் அடைந்தது. இந்த சம்பவம் இரவில் நடந்தது. மறுநாள் காலை எழுந்து வெளியில் வந்து பார்த்த போது விரியன் பாம்பு இறந்துகிடந்தது. எறும்புகள் மொய்த்துக் கொண்டிருந்தன. 'விதி முடிந்தால்தான் விரியன் தீண்டும்' என்பது பழமொழி. ஆனால் என்னைக் கடித்த விரியன் பாம்பிற்கே விதி முடிந்து விட்டது. பன்னிரண்டு வருடங்கள் எவனொருவன் சிறுநீர் விடாமல் அருந்தி வருகிறானோ அவன் உடல் உள்ளவரை வியாதிகள் அணுகாது என்றும், விஷமுள்ள சர்ப்பம் தீண்டினாலும் உடலில் விஷம் ஏறாது. ஆனால் அவனைக் கடித்த பாம்பு இறந்துவிடும் என்று பல நூல்களில் நமது சித்தர்கள் சொல்லியிருக்கிறார்கள். இதை நான் எனது இந்த சொந்த அனுபவத்தில் கண்டறிந்தேன்.''

6. சிவாம்பு கல்பம்

(டாமரக தந்திரத்தில் பரமசிவன் பார்வதிக்கு
உபதேசித்த காயகல்பம்)

மானவ மூத்திர சிகிச்சை, அதை உபயோகித்து சகல நோய்களையும் தீர்த்துக்கொள்ளும் முறை, சிவாம்பு கல்பம், ஆயுர்வேதம், சித்த நூல்கள், யூனானி, ஜைன தர்மசாஸ்திரம், பைபிள், தந்திர சாஸ்திரங்கள், திருமந்திரம், பதினெண் சித்தர்கள் முதலிய நூல்களில் விவரிக்கப்பட்டிருக்கிறது.

சிவாம்பு கல்பம் என்பது பரமசிவன் உமா தேவிக்கு உபதேசம் செய்தது. இது ருத்ரயாமள டாமர தந்திரத்தில் உள்ளது. இது வடமொழியாகிய ஸம்ஸ்கிருதத்தில் இருக்கிறது.

'சிவாம்பு' என்பது வடமொழிச்சொல். சிவ + அம்பு = சிவாம்பு. சிவ என்றால் மங்களம். அம்பு என்றால் தண்ணீர், ஜலம், குடிநீர். ஆகையால் 'சிவாம்பு' என்ற பதத்திற்கு மங்களத்தை உண்டு பண்ணும் நீர் என்பது அர்த்தமாகிறது.

இதை சிவன் பார்வதிக்கு உபதேசித்ததால், சிறுநீருக்கு சிவாம்பு என்றே அந்த வடமொழி நூலில் வர்ணிக்கப்பட்டிருக்கிறது. இது அவரவர் கழிக்கும் சிறுநீர் அல்லது மூத்திரம்.

சிவாம்பு கல்பத்தில் சிவன் பார்வதிக்குச் சொல்வதாவது:— ''ஹே பார்வதி! எவன் அதிகாலையில் சிவாம்புவை நூக்கினால் அருந்துகிறானோ, அவனுடைய நாடி, பித்த நீர்க்குழாய்கள், கபம் முதலியவற்றினுடைய வியாதியை நாசமடையச் செய்கிறது. நல்ல பசி உண்டாகிறது. மேலும் உடல் அதிக பலம் பெறுகிறது''.

''ஹே பார்வதி! மூன்றாண்டுகள் தொடர்ந்து சிவாம்புவைக் குடித்து வருபவனும், சிவாம்புவினால் உடலைத் தேய்த்துக்கொள்பவனும் மிக்க பலசாலியாகவும், வீரம் உள்ளவனாகவும் ஆகிறான். கலைகளாலும், விஞ்ஞானத்தாலும் வாக்குத்திறமை பெற்றவனாக ஆகிவிடுகிறான்''.

''ஹே பார்வதி! இனிமேல் சிவாம்புவைக் குடிக்கவேண்டிய முறையையும் அதன் பலனையும், பன்னிரண்டு மாதங்கள், பன்னிரண்டு வருடங்கள் குடிப்பதினால் உண்டாகும் நன்மைகளையும் சொல்கிறேன் கேள்''.

1. அத வக்ஷ்யே மஹேசானி!
கிரியா: ஸித்தி ப்ரதாயின்!
பாத்ராணி பிஹிதாநீஹ சாஸ்த்ரவித்பி:
ப்ரயத்னத:!!

ஹே பார்வதி! சித்தியைத் தரக்கூடிய கிரியைகளையும், சாஸ்திரத்தை அறிந்தவர்களால் சொல்லப்பட்ட என்னென்ன பாத்திரங்களை உபயோகிக்கலாம் என்பதையும் நான் உனக்குச் சொல்கிறேன், கேட்பாயாக.

2, 3, 4. சௌவர்ணம் ராஜதம் தாம்ரம் காம்ஸ்யஜம்
ரீதிஜம் ததா!
ஆயசம் மிருண்மயம் வைசவ நாகஜம் காச
சம்பவம்!!
வைணவம் காஷ்ட சம்பூதம் பில்வஜம் கம்பு
சம்பவம்!
அஸ்திஜம் சர்மஜம் சைவ பாத்ரம் வை
பர்ண சம்பவம்!!
ஏஷா மன்யதமே பாத்ரே தாரயேச்ச
சிவாம்புகம்!
உத்தமம் மிருண்மயம் பாத்ரம் தாம்ரஜம்
தேவி மத்தமம்!!

தங்கம், வெள்ளி, தாமிரம், வெண்கலம், பித்தளை, இரும்பு, மண், கண்ணாடி, மூங்கில், வில்வம், சங்கு, எலும்பு, தோல் அல்லது இலை இவைகளினால் செய்யப்பட்ட ஏதாவதொரு பாத்திரத்தில் சாதகன் சிவாம்புவைப் பருகலாம். ஹே தேவி! மண் பாத்திரம் உத்தமம். தாமிரப் பாத்திரம் மிகவும் சிரேஷ்டமானது.

5. ஆதிதாராம் பரித்யஜ்ய சரயாம் ச த்யஜேத் புத: |
மத்யதாராம் ப்ரக்ருஹ்ணீ யா தேவசிவிதிருத்தம: ||

முதல், கடைசி தாரைகளை விட்டுவிட்டு, நடு தாரையைப் பிடித்துப் பருக வேண்டும். இதுதான் உத்தமமான விதி.

6 யதா புஜங்க தேஹேஷு முகே புச்சே விஷம் பவேத் |
ஏவம் சிவாம்பு தாராயாம் ப்ரகார: ப்ரஜித: சிவே ||

ஹே சிவே! எப்படி பாம்பின் தலையிலும் வாலிலும் விஷமிருக்குமோ, அதேபோல் சிறுநீர் விஷயத்திலும் கருத வேண்டும்.

7. சிவாம்பு சாமிருதம் திவ்யம் ஜராரோக விநாசனம் |
ததாதாய மஹாயோகீ குர்யாத்வை நிஜசாதனம் ||

சிவாம்பு ஒரு திவ்யமான அமிர்தம். அது கிழத்தன்மையையும், வியாதிகளையும் நாசம் செய்ய வல்லது. மகாயோகி இதைப் பருகி சாதனை செய்ய வேண்டும்.

8. முக சுத்திம் விஹாய க்ருத்வா சாவஸ்யகீர் க்ரியா: |
பிபேச் சிவாம்பு விமலம் ஜன்மரோக விநாசனம் ||

காலைக்கடன்களை முடித்துக்கொண்டு, முகத்தை அதைக்கொண்டே கழுவி சுத்தம் செய்து, வாயைக் கொப்பளித்து, பிறப்புடன் பீடிக்கப்பட்ட வியாதியையும், ஜன்ம ரோகத்தையும் நாசம் செய்ய, நிர்மலமாயுள்ள சிவாம்புவைக் குடிக்க வேண்டும்.

9. மாசமாத்ர ப்ரயோகேன நிர்மலாப்யந்தரோ பவேத் |
மாசத்வயாப்யாச வலாத் பாடவம் சேந்திரியா திஷு ||

ஒரு மாதம்வரை பருகினால் உள் உறுப்புகள் சுத்தமடைகின்றன. இரண்டாவது மாதத்தில் இந்திரியங்கள் பலத்தைப் பெறுகின்றன.

10. மாஸத்ரய ப்ரயோகேன ரோக துக்க விநாசனம் |
பஞ்சமாஸப்யாஸாதோபி திவ்யத்ருஷ்டி ரதாதுர: ||

மூன்று மாதம் அருந்தினால் தேகத்திலுள்ள வியாதிகள் நஷ்டமடைகின்றன. ஐந்தாவது மாதம் திவ்ய திருஷ்டி உண்டாகிறது.

11. ஷண்மாஸாஜ்ஜாயதே யோகி மஹாபுத்தி: க்ருதாகம: |
ஸப்தமாஸ ப்ரயோகேன ஜாயதே பலவத்தர: ||

ஆறாவது மாதம் யோகியானவன் புத்தி கூர்மையடைந்து பண்டிதனாகிறான். ஏழாவது மாதத்தில் அதிக பலவானாகிறான்.

12 அஷ்டமாஸப்யாஸாத் ஸ்வர்ணகாந்தி: ஸ்திரா பவேத் |
நவமாஸ ப்ரயோகேன க்ஷய குஷ்ட விநாசனம் ||

எட்டாவது மாதம் ஸ்திரமான பொன் மேனியுண்டாகிறது. ஒன்பது மாதங்கள் விடாமல் சிவாம்புவைப் பருகி வந்தால், க்ஷயம், குஷ்டம் முதலியன குணமடையும்.

13. தசமாஸ ப்ரயோகேண ஜாயதே தேஜஸாம் நிதி: |
ஏகாதசாபிரேவாத்ர மாஸை: ஸர்வாங்க நிர்மல: ||

பத்தாவது மாதம் அவன் தேஜோநிதியாக அதாவது அதிக தேஜஸ்வானாக ஆகிறான். பதினோராவது மாதம் அவனுடைய சரீரத்திலுள்ளும் புறமும் உள்ள ஒவ்வொரு அங்கமும் நிர்மலமாயும் காந்தியுடையன வாயும் ஆகின்றன.

14 ஜாயதே மானவோ ஸர்வப்ரயோகேணார்க்க ஸன்னிப: |
வர்ஷத்வயேன ஜாயேத ப்ருதிவீ·த்வ ஸஞ்சரீ ||

ஒரு வருஷம் எவனொருவன் சிவாம்பு தவறாமல் பருகி வருகிறானோ அவன் சூரியனைப் போல் தேஜஸ்வான் ஆகிறான்.

இதிலிருந்து நாம் அறிந்துகொள்வதென்ன வென்றால் சிறுநீர் குடிப்பது புதிய கண்டுபிடிப்பு அல்ல. பலயுகங்களாக ஞானிகளாலும், சித்தர் களாலும் கையாளப்பட்டு வந்திருக்கிறது. சிறு நீரைக் குடிப்பதினால் நோய்களைக் குணப்படுத்தி தேக ஆரோக்கியத்தைப் பெறுவதுடன் அதை நிலையாக பாதுகாத்துக்கொள்ளவும் முடிகிறது. மேலும் மருந்துக்குக் காசு இல்லை. நம்மிடமே இருக்கிறது வைத்தியருக்குப் பீசு இல்லை.

ஜைன மதத்தின் ஆச்சாரியரான பத்ரபாகு தன் மதத்தை ஏற்றுக்கொள்பவருக்கு, சிறுநீரை உபயோகப்படுத்த வேண்டும் என்ற விதி முறையை ஏற்படுத்தியிருக்கிறார். ஜைனர்கள் உபவாச காலங்களில் சிறுநீரை உபயோகிப்பது இன்னும் வழக்கத்தில் இருந்து வருகிறது. சிறுநீரை உபயோகிப்பதால் நல்ல தேகாரோக்கியமுள்ள வராகவும், வியாதி இல்லாதவர்களாகவும் மட்டும் அல்லாமல், இந்திரியங்களைக் கட்டுப்படுத்தவும், மனதை ஒரு நிலையில் நிறுத்தவும் உதவுகிறது. யோக சாதனையில் எந்தவிதமான தடையும் இருக்காது என்றும் அவர் நூலில் எழுதியுள்ளார்.

திபெத்தில் உள்ள லாமாக்கள் இந்தச் சிறுநீரை இன்றும் உபயோகித்து வருகிறார்கள். இதன் காரண மாகத்தான் 150 ஆண்டுகளுக்கு மேலும் நோயற்ற தேக ஆரோக்கியத்துடன் வாழ முடிந்திருக்கிறது.

காலஞ்சென்ற மோரிஸ் வில்சன் (Morries Wilson) உலகிலேயே மிக உயர்ந்த எவரெஸ்ட் சிகரத்தின் (Mount Everest) மேல் ஏறுவதற்கு முன்னதாக லாமாக்களிடமிருந்து இதைத் தெரிந்து கொண்டு ஏறினார். சிறுநீரை அருந்தியதால்தான் காய்ச்சல் போன்ற கடுமையான நோய்களிலிருந்து தன்னைக் காப்பாற்றிக்கொள்ள முடிந்தது.

பாலைவனப் பிரயாணிகள் சிறுநீரைச் சர்வ சாதாரணமாக உபயோகப்படுத்தி வருகிறார்கள். பாலைவனத்தில் பிரயாணம் செய்யும் பொழுது பொருள்கள் பற்றாக்குறையினால் சிறுநீரைக் குடித்து அநேக நாட்கள்வரை உணவு இல்லாமலேயே தங்கள் இருப்பிடத்திற்குப் போய்ச் சேர்ந்திருக்கிறார்கள்.

சமுத்திரப் பிரயாணிகளும், மீனவர்களும் திடீரெனப் புயல் காற்றினால் கப்பல்களும், படகுகளும் நிலை தடுமாறிவிட்டால், அநேக நாட்கள் வரை உணவுப் பொருள்கள் இல்லாமல் போனாலும் கூட, சிறுநீரைக் குடித்தே கரை சேர்ந்திருக்கிறார்கள் என்பது தெரிய வருகிறது. சில தினங்களுக்கு முன்புகூட ஒரு மீனவர் படகு, புயலில் அகப்பட்டு நிலை தடுமாறி, அதிலுள்ளவர்கள் 15 நாட்கள் வரை தங்கள் சிறுநீரைக் குடித்தே ஜீவித்திருந்தார்கள் என்ற விஷயம் எல்லாச் செய்தி பத்திரிகைகள் மூலமும் அறிவிக்கப்பட்டது உலகம் அறிந்த விஷயம்.

அந்தக் காலத்திய மனிதர்கள் வனவாசம் செய்யும் பொழுது இயற்கையின் மடியில் வசித்து வந்தார்கள். ஆராய்ச்சி செய்து அனுபவ பூர்வமாக இதை உபயோகித்து வந்தார்கள். அவனே சிறுநீரைக் குடித்து வாழக் கற்றுக் கொண்டான். இவனே காயம்பட்ட இடத்தில்கூட சிறுநீரைத் தடவுவதில்லை.

மனிதனிடம் அநேக குறைபாடுகள் இருக்கின்றன. சிலர் அந்தக் குறைபாடுகளிலிருந்து தப்பித்துக் கொள்கிறார்கள். சிலர் தங்கள் கெட்ட பழக்க வழக்கங்களால் தங்கள் உடல் நிலையைக் கெடுத்துக் கொள்கிறார்கள். மனிதன் இயற்கையான வாழ்க்கையிலிருந்து விலகிப் போய்க்கொண்டிருக்கிறான். அப்படிப் போகும்பொழுது அவனது உடல் நிலையும் கெட்டுப்போய்க்கொண்டே இருக்கிறது. இந்த விஞ்ஞான உலகத்தில் மனிதனுடைய உடல்நிலை எல்லையைக் கடந்த கெட்ட நிலையில் இருக்கிறது. இதைவிட ஒரு அவலநிலை அவனுக்கு உண்டாகவே முடியாது. இந்தவிதமான அவலநிலைக்கு விதை விதைக்கப்பட்டு விட்டது.

இதற்கெல்லாம் காரணம் விஞ்ஞானம், நம் இந்தியாவில் சில நூற்றாண்டுகள் வெள்ளையரின் ஆட்சி, இந்தியர்களின் அடிமைத்தனம், மேல் நாட்டாரிடமிருந்து நாம் கற்றுக்கொண்ட சில உபயோகமற்ற பண்பு, நாகரீகம்.

எத்தனைவித நோய்கள், எத்தனைவித ஆயிரக் கணக்கான மருந்துகள், மருந்து செய்யும் ஆயிரக் கணக்கான கம்பெனிகள், லக்ஷக்கணக்கான ஆஸ்பத்திரிகள், கோடிக்கணக்கான டாக்டர்கள், சாதாரண நோய்க்கும்கூட ரத்தப் பரிக்ஷை, சிறுநீர்ப் பரிக்ஷை, மலப் பரிக்ஷை, கபப் பரிக்ஷை, எக்ஸ்-ரே, கார்டியோகிராம், ஆபரேஷன். இதன் காரணமாக ஏழைக்குக்கூட தன் சக்திக்கும் மீறிய அதிகப் பணச் செலவு.

இயற்கையில் நம்மிடம் கிடைக்கக்கூடிய விலை மதிக்க முடியாத அமிர்தமான ஒரு காயகல்ப மருந்தை மனிதன் மறந்து, வேறு பலவிதமான மருந்துகளைத் தேடிக்கொண்டிருக்கிறான். என்னே! பரிதாபகரமான தற்கால மனித நிலை!!

7. மேலை நாடுகளில் சிறுநீர் ஆராய்ச்சி

மேலை நாடுகளில் சிறுநீரின் உபயோகம் எப்பொழுதிருந்து இருந்தது என்பது தெரியவில்லை. ஏசுநாதருடைய வாக்கிலிருந்து கிறிஸ்துவர்கள் ஏற்றுக்கொண்டார்கள் என்பது தெரிய வருகிறது. காலஞ்சென்ற ஜான் டபிள்யூ. ஆர்ம்ஸ்ட்ராங் (John W. Armstrong) என்பவர் இங்கிலாந்தில் லண்டன் மாநகரத்தில் வசித்து வந்தார். அவர் க்ஷயரோகத்தால் (T. B.) பீடிக்கப்பட்டு அலோபதி சிகிச்சையில் குணமடையாமல், பழைய பைபிளில்

(Old Testament) இருந்து "Drink waters out of thine own cistern" அதாவது "உன் சிறுநீரைக் குடி" என்ற இச்சொற்கள் அவரைப் பிரதிபலிக்கச் செய்தது. தனது க்ஷயரோகத்தைத் தீர்த்துக் கொள்ள இதைக் கையாண்டார். கொஞ்ச தினங்களிலேயே நல்ல குணம் தெரிய ஆரம்பித்தது. சில நாட்களுக்குப் பின்பு புதிய பைபிளைப் படிக்கும் பொழுது When thou fastest anoint thy head and wash your face" (New Tastament-Mathew 6-17) அதாவது "சிறுநீர் குடித்து உபவாசமிருக்கும் பொழுது, சிறுநீரினால் தலையைத் தேய்த்து முகத்தைக் கழுவிக்கொள்" என்ற வாக்கியத்தைப் படித்தவுடன் ஆர்ம்ஸ்ட்ராங்கிற்கு சிறுநீரைக் குடிப்பது மட்டுமல்லாமல், அதை உடலிலும் தேய்த்துக்கொள்ள வேண்டும் என்ற உண்மையும் புலப்பட்டது. அதன்படி செய்து தனது கொடிய நோயிலிருந்து குணமடைந்ததுமல்லாமல், டாக்டர்களால் கைவிடப்பட்ட ஆயிரக்கணக்கான நோயாளிகளையும் இதே சிகிச்சையினால் பூரண குணமடையும்படிச் செய்தார். தன் அனுபவங்களை யெல்லாம் "வாட்டர் ஆப் லைப்" (Water of Life) என்ற புத்தகத்தின் மூலம் வெளியிட்டார். இந்தப் புத்தகம் இன்றும் இந்தியாவில் கிடைக்கிறது. இதன் உதவியால் அநேகர் தங்கள் தீராத நோய்களைக் குணப்படுத்திக் கொண்டிருக்கிறார்கள். இப்படி நன்மை அடைந்தவர்களுள் குஜராத், அகமதாபாத் நகரில் சபர்மதி ஹரிஜன ஆசிரமத்தில் மஹாத்மா காந்தியுடன் சேவை செய்து வந்த ராவுஜீபாய் மணிபாய் படேல் என்பவரும் ஒருவர்.

8. கவனத்திற்குரிய ஆயிரம் உபாயங்கள்

(One thousand notable things)

சென்ற நூற்றாண்டில் இந்தப் புத்தகம் வெளியிடப்பட்டது. அதில் சிறுநீர் பற்றிய பகுதியை மட்டும் கீழே குறிப்பிட்டிருக்கிறேன்.

1. உடலின் உள்பாகம், வெளிப்பாகத்தில் எல்லாவித வியாதிகளுக்கும் காலையில் தொடர்ந்து ஒன்பது தினங்கள் வரை தன்னுடைய சிறுநீர் குடிக்க வேண்டும். இது எல்லாவிதமான குஷ்ட ரோகங்களையும் போக்கி, உடலை ஆரோக்கிய மடையச் செய்கிறது.

2. மகோதரம், காமாலை குணமடைகின்றன.

3. சிறுநீரை லேசாக சூடு செய்து காதைக் கழுவினால் காதுவலி, இரைச்சல், செவிட்டுத் தன்மை நீங்கும். காதில் இரண்டு சொட்டுகள் விட்டுப் பஞ்சினால் அடைத்தால், காதில் சீழ் வடிதல் குணமடையும்.

4. கண்களைச் சிறுநீரினால் கழுவினால் கண்வலி, கண் சிவத்தல், கண் வீக்கம் முதலியன அகன்று விடும். சிறுநீர் கொண்டு மூக்கினால் நசியம் அல்லது பருகினால் ஜலதோஷம், பீனிசம் முதலிய வியாதிகள் குணமடைவதல்லாமல், கண்களைப்பற்றிய சகல ரோகங்களும், ஆபரேஷன் இல்லாமலே குணமடையும். சிறுநீரால் நசியம் செய்வதால் கண், காது, மூக்கு, தொண்டை, மூளை இவைகளைப் பற்றிய வியாதிகள் ஒழியும்.

5. கைகளைச் சிறுநீர் கொண்டு தேய்த்துக் கொண்டால் கை வீக்கம், கையில் பட்டை உரிதல், கொப்புளங்கள் எல்லாம் சரியாய்ப் போய்விடும். மேலும் கணுக்கள் மெல்லியவைகளாக ஆகிவிடும்.

6. சிறுநீரினால் காயத்தைக் கழுவினால் குணமடைந்து சீக்கிரம் ஆறிவிடும்.

7. சிறுநீரை உடலில் தேய்த்தால் சொறி, சிரங்கு, எரிச்சல் அதிசீக்கிரம் குணமடையும்.

8. மலத்துவாரத்தை சிறுநீர் கொண்டு கழுவினால், மூலவியாதி, வலி, எரிச்சல், நமைச்சல் குணமடையும்.

9. சாலமனின் ஆங்கில வைத்தியன்
(Solomon's English Physician)

1965-ம் வருஷத்தில் வெளியான "சாலமனின் இங்கிலீஷ் வைத்தியன்" என்ற புத்தகத்திலுள்ள சிறுநீர் பற்றிய சில பகுதிகளைக் கீழே காணவும்.

மனிதன், மிருகங்கள் இவைகளின் சிறுநீரில் அநேக உபயோகங்கள் இருக்கின்றன. அறிவியல் அடிப்படையில் இரசாயன சாஸ்திர ரூபமாக சிறுநீர் உபயோகப்படுகிறது. சிறுநீர் இரத்தத்தின் அம்சம். இரத்தம் இரத்தக்குழாய் மூலமாக மூத்திரக்காயை அடைகிறது. ஆண், பெண் இவர்களின் சிறுநீர் உஷ்ணமாக இருக்கிறது. இது கட்டிகளை உருக்கிச் சுத்தம் செய்து புண்களைத் தடுக்கிறது. இதைக் குடிப்பதினால் இருதயம், மண்ணீரல், பித்தம், நீர் வியாதி, பெண்களின் மாதவிடாய் நோய்கள், பாண்டு வியாதி, பிளேக், விஷசுரங்கள் முதலியன நீங்கி குணமடைகின்றன.

சிறுநீரினால் உடலை மாலீஷ் செய்தால் தோல் சுத்தமாயும், வழவழப்பாகவும் ஆகிவிடுகிறது. விஷ சம்பந்தமான ஆயுதங்களால் உண்டான காயங்களைக் குணப்படுத்தி விடுகிறது. தோல் சம்பந்தமான வியாதிகளைப் போக்குகிறது. ஜுரம் இருக்கும்போது தேய்த்தால் உஷ்ணம் குறைகிறது. கை, கால் நடுக்கம், நரம்பை ஒட்டிய வியாதிகள், காக்காய் வலிப்பு, பக்ஷவாதம் இவைகளுக்குத் தேய்த்தால் மிகவும் சிறந்தது. மண்ணீரல் வலியைப் போக்குகிறது.

சிறுநீரில் இருக்கும் உப்பானது உடல் நலத்திற்கு மிகவும் பயனுள்ளது. அது அமிலத்தை உறிஞ்சிவிடுகிறது. உடலிலுள்ள எல்லாவிதமான வியாதிகளையும் வேருடன் களைந்து எறிந்து விடுகிறது. மலத்துவாரம், குடல், கருத்தரிக்கும் பை இவைகளின் வலியையும் குணப்படுத்துவதுடன் நோய் வராமல் தடுக்கிறது. முகவீக்கம், தலை சுற்றல், மயக்கம், சோம்பல், அரைத் தலைவலி, உடலின் உறுப்புகள் செயல்படாமலிருத்தல், செவிடு, ஜலதோஷம், தலை அல்லது மூளை சம்பந்தமான வியாதிகள், கணுக்களில் ஏற்படும் வீக்கம், வலி, கை, கால் குடைச்சல் இவைகள் எல்லாவற்றையும் போக்கி குணப்படுத்துகிறது. மூத்திரக்காயிலும், மூத்திரப்பையிலும் உள்ள கற்களை (Kidney and Bladder Stones) பொடி செய்து கரைத்து, சிறுநீர் தடைபடுதல், வலி, எரிச்சலுடன் சிறுநீர் கழிதல் முதலியவற்றைப் போக்கி பூரண குணம் செய்வதில் இதுவே சிறந்த வைத்தியம்.

10. பிரான்சு தேசத்தில் சிறுநீர் சிகிச்சை

சிறுநீரின் உபயோகம் பிரான்ஸ் நாட்டிலும் இருந்திருப்பதாகத் தெரிய வருகிறது. 18-வது நூற்றாண்டில் பாரீஸ் நகரத்து ஒரு பிரபல பல் வைத்தியர் பற்களின் வியாதியைப் போக்க சிறுநீரினால் கழுவி வியாதிகளைக் குணமாக்கி இருக்கிறார்.

அதிகாலையில் எழுந்தவுடன் சிறுநீரினால் வாய் கொப்பளித்து, பல் தேய்த்து, ஈறுகளை மாலீஷ் செய்வதால் பயோரியா வியாதி குணமடைகிறது. ஈறுகளிலிருந்து இரத்தம், சீழ் வடிதல், துர்நாற்றம், பல்வலி குணமடையும். ஆடிக்கொண்டிருக்கும் பற்கள் இறுகி வலிவு பெறும்.

உயிர் நூல் பேராசிரியர் ஜீன் ரோஸ்டெண்டு (Geen Rostend) சொல்லுவதாவது:- ''சிறு நீரில் அற்புதமான சக்தி இருக்கிறது. சகல வியாதிகளையும் போக்கவல்லதுமல்லாமல், மனித ஆரோக்கியத்திற்கு ஒரு சிறந்த உணவு. சிறுநீர் மட்டமான, கழிக்கப்படும் பொருள் அல்ல. மிகவும் விலையுயர்ந்த ஒரு ரசாயனம்''.

ஆங்கில உடல் நூல் பேராசிரியர் அலிஸ் பார்க்கர் (Als Parker) கூறுவதாவது:—''எந்தவித மருத்துவத்தைக் காட்டிலும் நமது உடலிலுள்ள எல்லாத் தீமைகளையும் போக்கக்கூடிய ஒரே வைத்தியம் சிறுநீரே''.

பிரபல ஆங்கில டாக்டர் டி. வில்சென் டிச்மென், பி.எச்.ஸி., எம்.டி. (Dr. T. Wilson Ditchmann, P. H. C., M. D.) ஒரு பத்திரிகையில் எழுதுகிறார் :— ''ஒவ்வொரு மனிதனுடைய

உடலுறுப்புகளுக்கேற்ப சிறுநீரும் மாறுபடுகிறது. ஏதாவதொரு உறுப்பு முறிந்துவிட்டாலோ அல்லது ஏதாவதொரு ஒரு உறுப்பில் குறைபாடு ஏற்பட்டு விட்டாலோ ஏற்படும் வியாதியைத் தவிர, மற்றெல்லா வியாதிகளுக்கும் இச்சிறுநீர் பயனுள்ளது. மருந்துகளின் எண்ணிக்கை மூவாயிரத்துக்கும் மேலாக உள்ளது. வைத்தியர்கள் வியாதிக்குத் தகுந்த மருந்தைத் தேர்ந்தெடுப்பதில் தவறிவிடலாம். இதனால் பல விபரீதங்கள் ஏற்படலாம். ஆனால் சிறுநீரில் இந்தப் பயம் இல்லை. இந்த இயற்கை நீர் உடலில் சென்று, எந்த பாகத்தில் கேடு இருந்தாலும் கண்டுபிடித்து, வேருடன் அகற்றி, குணப்படுத்தி, உடல் பலத்தையும் அளிக்கிறது''.

இங்கிலாந்தில் லீட்ஸ், ஹேரோகேட் என்ற நகரத்தில் ஜே. பி. காலஞ்சென்ற டபிள்யூ எச். பக்ஸ்டர் (J. P. Late W. H. Buxtor, Harrowgate City, Leeds, England) என்பவர் தனது புற்று நோயை (Cancer) சிறுநீர் சாப்பிட்டுக் குணப்படுத்திக் கொண்டார் என்பதை சீல் ஸ்காட் (Seil Scott) என்பவர் ''Doctor, Diseases and Health'' என்ற தனது நூலில் விவரித்துள்ளார்.

''பக்ஸ்டர் அவர்கள் முறைப்படி தன் சிறு நீரைக் குடித்து வந்தார். மேலும் அவர் இதைப் பற்றி அநேக கட்டுரைகளும் எழுதியுள்ளார். அவர் நீண்ட நாள் உயிருடன் இருந்தார். தனது புற்று நோயை (Cancer) இதைக் குடித்துத்தான் போக்கிக் கொண்டார். தனது வேறுவிதமான வியாதிகளையும் சிறுநீர் குடித்துத்தான் போக்கிக் கொண்டார். உலகத்தில் எல்லாவித நோய்களுக்கும் சிறுநீர் ஒன்றுதான் எல்லா மருந்துகளையும்விடச் சிறந்தது என்று அவர் கூறுகிறார்.

அவ்வப்போது வரக்கூடிய வியாதிகளிலிருந்து தன்னைக் காப்பாற்றிக்கொள்ள தினசரி மூன்று டம்ளர் சிறுநீரைக் குடித்து வந்தார். தனது புற்று நோய்க்கு குடிப்பது, தேய்ப்பதோடுகூட, சிறுநீரில் நனைத்த துணியை புற்றுள்ள இடத்தின் மேல் வைத்துக் கட்டுப்போட்டு, குணமடைந்து வெகு காலம் ஜீவித்திருந்தார். (He lived long life, got rid of his pernicious Cancer by applying urine packs, and drinking it besides massaging the entire body with his urine). தன் சிறுநீரை குற்றமற்றதாயும், நன்மை பயப்பதாயும் கருதி வந்தார். தன் பார்வையைக் கூர்மையாக்கிக்கொள்ளத் தன் கண்களில் சிறுநீரை விட்டு வந்தார். காயம், விக்கம், கட்டிகள் முதலியவற்றிற்கு சிறுநீர்தான் சிறந்தது என்று ஒப்புக்கொண்டுள்ளார். அவர் சிறுநீரை ஒரு அற்புதம் என்று கூறியிருக்கிறார்.

சிறுநீரின் உபயோகம் ஆடம்பரப் பொருள்களில் செய்யத் தொடங்கி இருக்கிறார்கள். இங்கிலாந்தில் ரசாயன நிபுணர்கள் சிறுநீரின் உப்பிலிருந்து சிறந்த குளிக்கும் சோப்புகள், விலையுயர்ந்த கிரீம், லோஷன் (Face cream and beauty lotions) தயார் செய்கிறார்கள். இப்படி மனித சிறுநீரின் உபயோகம் நடந்து கொண்டிருக்கும்பொழுது அதை நாம் அறிந்துகொள்ளாமலும், பார்க்காமலும் இருந்து வருகிறோம். மேற்கூறப்பட்ட செயற்கை ரசாயனப் பொருள்கள் சேர்ந்த வஸ்துக்களை உபயோகிப்பதால் தீமையைத் தவிர நன்மையில்லை. இயற்கையின் வரப்பிரசாதமாகிய சிறுநீரையே இவைகளுக்குப் பதிலாகத் தேய்த்துக் குளித்தால் எல்லா சரும வியாதிகளும் நீங்கி, தோல் வழவழப்பாகி பொன்மேனி உண்டாகும்.

குஜராத் அகமதாபாத்திலிருக்கும் பிரபலமான எப். ஆர். ஸி. எஸ். (F. R. C. S.) டாக்டர் அவர்கள் ''மானவ மூத்திரம்'' என்ற புத்தகத்தை வெளியிட்ட ராவுஜீபாய் படேலுக்கு எழுதிய கடிதத்தின் சாராம்சம் கீழே தந்துள்ளேன்.

''உங்களுடைய முறையில் போதிய உண்மை இருக்கிறது. ஏனென்றால் யூரியா உடலைப் பாதுகாக்கிறது. அந்த யூரியா சிறுநீரின் வழியாகத் தான் வருகிறது. உடலுக்குள் செல்வதால் நல்ல பலனைக் கொடுக்கிறது. உடலின் குறைபாட்டைச் சரி செய்ய டாக்டர்கள் செயற்கை யூரியாவை உபயோகப்படுத்துகிறார்கள். மருந்தில் சேர்த்துக் கொடுக்கிறார்கள். சிறுநீர் ஆபத்தானது என்றால் டாக்டர்கள் ஏன் சிறுநீரில் கிடைக்கும் அதிகமான யூரியாவை உபயோகிக்கிறார்கள்? ரசாயன யூரியா ஆயாவின் பாலைப் போன்றது. சிறுநீரின் யூரியா தாய்ப்பால் போன்றது. ஆயாவின் பால் உடல் நலத்திற்கு உகந்தது என்றால் தன் தாய்ப்பால் எவ்வளவு சிறந்தது என்பதை கவனியுங்கள். தெரிந்தோ தெரியாமலோ யூரியாவை ஈடு செய்வதற்குத் தன் சிறுநீரை உபயோகப்படுத்துவது நலமே''

உயிர் நூல் ஆசிரியர் டாக்டர் பரன் (Dr. Fehren) தனது உலகப் புகழ்பெற்ற நூலில் (Introduction to Bio-Chemistry) கூறியிருக்கிறார்: 'ஆரோக்கியமானவனுடைய சிறுநீரில் உடலுக்குத் தேவையான பத்தொன்பது போஷாக்குத் தத்துவங்கள் அடங்கி இருக்கின்றன. ரசாயன நூல், உடல் நூல் ஆராய்ச்சியாளர்களும் இதை உடலுக்கு மிக நன்மை தருபவைகளே எனக் கூறியிருக்கிறார்கள். பத்தொன்பது தத்துவங்களில் ஒன்று யூரியா. இது சிறுநீரில் அதிகமான

அளவு காணப்படுகிறது. 3400 மில்லி கிராம் சிறுநீரில் 1459 மில்லி கிராம் யூரியா இருக்கிறது. ஆராய்ச்சியின் முழு விவரம் கீழ்வருமாறு.

	பொருள்	மில்லி கிராம்
1.	யூரியா (நைட்ரஜன்)	682.00
2.	யூரியா	1459.00
3.	கிரியடினின் (நைட்ரஜன்)	36.00
4.	கிரியடினின்	97.20
5.	யூரிக் ஆசிட் (நைட்ரஜன்)	12.30
6.	யூரிக் ஆசிட்	36.90
7.	அமினோ (நைட்ரஜன்)	9.70
8.	அமோனியா (நைட்ரஜன்)	57.00
9.	சோடியம்	2ı2:00
10.	பொட்டாசியம்	137.00
11.	கால்சியம்	19.50
12.	மக்னீஷியம்	11.30
13.	க்ளோரைடு	314.00
14.	Total சல்பேட்	91.00
15.	இனர்கானிக் சல்பேட்	83.00
16.	இனர்கானிக் பாஸ்பேட்	127.00
17.	P. H.	6.40
18.	Total ஆசிடிடி (ascc)	
19.	N/10 ஆசிட்	27.80

11. சமீப காலத்தில் மேலை நாடுகளில் சிறுநீர் பற்றிய விஞ்ஞான ஆராய்ச்சி

நாம் உயிர் வாழ ஆகாரம் உட்கொள்கிறோம். உட்கொள்ளும் ஆகாரமே ரத்தமாக மாறுகிறது. ரத்தத்திலிருந்து ஜலைதத்துவமான மூத்திரம் பிரிக்கப்படுகிறது. நமது ரத்தத்தில், போஷாக்குத் தத்துவங்களும், நோயை நீக்கக்கூடிய தத்துவங்களும், நோய் வராமல் தடுக்கக்கூடிய தத்துவங்களும், அதேபோல சரீரத்தின் சக்தியை அதிகரிக்கும்படியான வைட்டமின்கள், ஹார்மோன்கள், என்ஸைம்கள், உப்புச் சத்துக்கள், பொட்டாசியம், கால்ஷியம், மெக்னீஷியம் முதலியவை அடங்கியிருக்கின்றன என்றும், அவைகளின் பரிணாமங்களும் மேலை நாடுகளில் சமீப காலத்தில் விஞ்ஞான ஆராய்ச்சியின் மூலம் கண்டுபிடித்திருக்கிறார்கள். மேற்சொன்ன தத்துவங்களை உடல் தேவைக்குத் தக்கவாறு கிரஹித்துக் கொள்கிறது. அதிகமாயிருப்பதை சிறுநீரின் வழியாய் வெளியேற்றி விடுகிறது. அப்படி வரும் சிறுநீரில் வியாதிகளைக் குணப்படுத்தும் சக்தி இருக்கிறதென்று நம் இந்து தேசத்தில் பரம்பரையாகச் சொல்லி வந்த உண்மையைத்தான், இப்பொழுது அமெரிக்கா, ஜப்பான், ஸ்காண்டிநேவியா முதலிய மேலை நாடுகளில் விஞ்ஞானத்தின் மூலம் ஆராய்ச்சி செய்து கண்டுபிடித்திருக்கிறார்கள்.

12. சிறுநீரும் உபவாசமும்

இயற்கை ஒவ்வொரு ஜீவராசிகளுக்கும் வியாதியைப் போக்கிக்கொள்ள அவைகளிடமே அமிர்தம் போன்ற ஒரு ஊற்றைக் கொடுத்திருக்கிறது. எத்தனை உடல்களோ அத்தனை விதமான மூத்திரங்கள். ஒவ்வொரு உடலுக்கும் அவரவர்களின் உடலுக்கேற்றபடி அமைந்திருக்கிறது. ஆனபடியால்தான் அவரவர்களின் சிறுநீரையே உபயோகப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

எந்தவித ஒரு வியாதிக்கும் முதலில் சிறுநீர் பிடித்துவைத்து உடல் மாலிஸ் மூலமாக ஆரம்பித்தால் முதல் வாரத்திலேயே நல்ல பலன் தெரிந்துவிடும். நான்கு ஐந்து தினங்களில் உடலின் உஷ்ணம் வெளியேறி சொறி, சிரங்கு, பிப்பு, கொப்பளம், முகப்பரு தோன்றும். எல்லோருக்கும் இது ஏற்படாது. சிலருக்கு ஏற்படலாம். இதனால் பயந்து வேறுவித சிகிச்சை அளிக்கக் கூடாது. இதனால் பயப்பட வேண்டாம். உடலின் விஷப் பொருள்கள் வெளிவரட்டும். சிறுநீர் கொண்டு பலமாகத் தேய்த்தால் இரண்டொரு நாளில் மறைந்துவிடும்.

மாலீஸ் செய்வதினால், உடலின் துவாரங்கள் மூலமாக சிறுநீர் உள்ளே சென்று சிறிய சிறிய வியாதிகளை ஓட்டி விடுகிறது. அதன் முதல் அறிகுறிதான் சொறி, சிரங்கு முதலியன. மாலீஸ் ஆரம்பித்த ஒரு வாரத்திற்குப்பிறகு சிறுநீர் உள்ளே அருந்தவும். வேளைக்கு 1 டம்ளர் விதம் 3 வேளை போதுமானது. இத்துடன் சைவ உணவே உட்கொள்ள வேண்டும்.

கொடிய, தீராத நாள்பட்ட வியாதியால் அவஸ்தைப்பட்டு, மருந்துகள் சாப்பிட்டு,

ஊசிகளும் போட்டுக்கொண்டு அலுத்துப் போனவர்கள் சிறுநீருடன் சுத்தமான தண்ணீரை மட்டும் குடித்து அன்ன ஆகாரமின்றி அவரவருடைய உடல்நிலைக்குத் தக்கபடி 3 அல்லது 5 நாட்கள்வரை உபவாசமிருக்கவேண்டும்.

நோயாளியின் இரத்த ஓட்டத்தின் அழுத்தம் குறைந்திருந்தாலும் (Low Blood Pressure), இருதயம் பலவீனமாக இருந்தாலும் மறந்துங்கூட உபவாசம் இருக்கக் கூடாது. சிறுநீர் குடித்து, மாலீஸ் செய்து லேசான சைவ உணவை உட்கொள்ளலாம்.

சிறுநீருடன் உபவாசம் இருப்பதால் இருதயமும், மூத்திரக் காய்களும் அதிகமாக வேலை செய்கின்றன. அதனால் இருதயத் துடிப்பு நாடித் துடிப்பின் வேகம் அதிகமாகிறது. ஆகவே நான் சிறுநீர் உபவாச காலங்களில், பழைய சிறுநீர் கொண்டு உடலை மாலீஸ் செய்வது மிக அவசியம். இருதயத் துடிப்பு அதிகரிக்காது.

சிறுநீர் குடித்து உபவாசம் இருக்கும் நோயாளிக்கு பலவீனமோ, களைப்போ ஏற்படாது. ஏனென்றால் நம் உணவிலுள்ள உடல் நலத்திற்கு தேவையான போஷாக்குத் தத்துவங்கள் சிறுநீரில் இருக்கிறது. அதிலிருந்து நோயாளிக்குச் சத்து கிடைத்துக் கொண்டேயிருக்கிறது. அவருக்குப் பசியும் தெரிவதில்லை. நோயாளி அதிகமாக சிறுநீர் எடுத்துக் கொண்டால் அதிக உணவு கிடைக்கும்.

நோயாளிக்குப் போதுமான அளவு சிறுநீர் வராவிட்டால் அவனது வயிற்றுக்கு அடிப்பாகத்தில்

சிறுநீர் கட்டுப்போட்டே இருக்க வேண்டும். இதனால் சிறுநீர் அதிகரிக்கலாம்.

சில மக்கள் உபவாசம் என்றால் சாப்பாடு இல்லாமல் பழம், பால் முதலியன சாப்பிடுவது என்று எண்ணுகிறார்கள். இது தவறு. உபவாச காலங்களில் உணவு, பழங்கள், பழரசம் எதையும் உட்கொள்ளக்கூடாது. நாள் பூராவும் தான் கழிக்கும் சிறுநீரையே பருக வேண்டும். தேவைக்கேற்ற அளவு தண்ணீர் குடிக்கலாம்.

எந்த நோயாளியும் வியாதியைப் போக்குவதற்கு அநேகவிதமான மருந்துகளை உடலில் செலுத்தியிருப்பதை எண்ணிப்பார்க்க வேண்டும். அவைகள் எல்லாம் உடலில் மறைந்து இருக்கின்றன. அதன் காரணமாக உனது உடல் ஒரு குறிப்பிட்ட பழக்கத்திற்கு உட்பட்டிருக்கலாம். அந்த எல்லாக் கெட்ட பொருள்களையும் உடலிலிருந்து அகற்றியாக வேண்டும். தன்னுடைய உடலை இயற்கையான முறைக்குக் கொண்டுவர வேண்டும். மனத் தூய்மையுடனும், தைரியத்துடனும், பொறுமையுடனும், இந்தப் பிரயோகத்தை ஆரம்பிக்கவேண்டும். என்னுடைய சிறுநீர் என் நோய்களைப் போக்கி என்னை வளர்க்கக் கூடியது என்ற நினைவும், பக்தி சிரத்தையும் உண்டாக வேண்டும். இதனால் எந்த ஒரு தீங்கும் இல்லை. நன்மையே என்ற எண்ணம் உண்டாக வேண்டும்.

சிறுநீர் பிரயோகத்தை ஆரம்பிக்குமுன் மற்ற வைத்தியங்களை குறைந்தது நான்கு நாட்களுக்கு முன்னதாகவே விட்டுவிட வேண்டும்.

ஏனென்றால் சிறுநீர் ஒரு ரசாயனம். மற்ற மருந்துகளுடனோ, பொருள்களுடனோ ஒத்து வராது. சிறுநீர் வைத்தியம் நடந்துகொண்டிருக்கும் நாட்களிலும்கூட வேறு மருந்துகள் சாப்பிடக் கூடாது. வேறு மருந்துகள் எடுத்துக் கொண்டால் சிறுநீர் சிகிச்சையை நிறுத்திவிட்டு, மறுபடி நான்கு நாட்களுக்குப் பிறகு சிறுநீர் பிரயோகம் தொடங்க வேண்டும்.

சிறுநீரின் உபயோகத்தைப் பற்றி யாராவது கெட்ட வதந்திகளைக் கிளப்பினால் அதை யாரும் நம்ப வேண்டாம். சந்தேகமில்லாமலும், தைரியத்துடனும் இதை உபயோகப்படுத்துங்கள்.

தற்கால வைத்திய முறை நமது புலனடக்கத்தை நாசப்படுத்தி விட்டது. அதனால் வைத்தியர்களுக்கு இலாபமே தவிர நம்முடைய ஆரோக்கியம் கெட்டுப்போய் விட்டது. இந்தச் சிகிச்சையில் புலனடக்கத்தை மீறக் கூடாது.

சிவாம்பு சிகிச்சையில் வெற்றி கண்டு குணமடைந்தவர்கள் எதேச்சாதிகாரமாக ஆகார விஷயங்களில் அடக்கமில்லாமல் நடந்துகொள்ளக் கூடாது. உடல் சம்பந்தமான கட்டுப்பாடு விதிகளுடன் நடந்து கொண்டேயாக வேண்டும்.

சிறுநீர் ஒரு திவ்யமான அமிருதம். தன் உடல் ஆரோக்கியத்தைக் காப்பாற்றிக் கொள்ளவும், இழந்த ஆரோக்கியத்தை மீண்டும் பெறவும் இயற்கையின் ஒரு அற்புதமும், வரப் பிரசாதமுமாகும்.

18. சிறப்பு சிகிச்சை முறை

தொற்று நோய்களுக்குத் தடுப்பு முறையாகவும், அம்மைக் குத்துதல், பி.ஸி.ஜி., டிரிப்பிள் தடுப்பு ஊசி, இளம்பிள்ளை வாதம், டைபாயிடு, காலரா, தனுர்வாதம் மற்றும் வெறி நாய்க்கடி முதலிய தடுப்பு ஊசி மருந்துகளுக்கு வளமைமிக்க மாற்று முறையாகவும் அவரவர்களின் மூத்திரம் பயன்படுகிறது.

உபயோகிக்க வேண்டிய அளவு :

தினசரி அதிகாலையில் எழுந்தவுடன் விடும் சிறுநீரைப் பிடித்து ஒரு டம்ளர் (4-லிருந்து 6 அவுன்ஸ்) அருந்த வேண்டும். சிறுவர்களுக்கு ஒன்று அல்லது இரண்டு சங்கு அல்லது பாலாடை வயதிற்குத் தக்கபடி கொடுக்க வேண்டும்.

சாதாரண நோய்கள்: ஜலதோஷம், இருமல், வாயு, அஜீரணம் முதலிய நோய்களுக்கு நெ 1 சொல்லிய அளவு காலை, மதிய உணவுக்கு முன்னும், உணவு அருந்தி 2 அல்லது 3 மணி நேரத்திற்குப் பிறகும், கடைசியில் இரவு படுப்பதற்கு முன்னும், ஆக நான்கு தடவை அருந்த வேண்டும்.

காய்ச்சல்கள், குடல் வீக்கம், தலை, மார்பு, உடம்பு முதலிய இடங்களில் தாங்க முடியாத வலி போன்ற கடுமையான நோய்களுக்கு, உபவாசம் அல்லது உண்ணாவிரதம் இருந்து நாள் பூராவும் சிறுநீரும் தண்ணீரும் தவிர வேறு எதுவும் சாப்பிடக் கூடாது.

உபவாச முறை: மேற்சொன்ன வியாதிகளுக்குச் சிறுநீர் உபவாசம் தொடங்குமுன் புதிய

சிறுநீருடன் வெதுவெதுப்பான வெந்நீர் கலந்து எனிமா கொடுக்கவும். எவ்வித ஆகாரமும் எடுக்காமல் 3லிருந்து 7 நாட்கள் உடலுக்குத் தக்கவாறு உபவாசமிருத்தல். (இருதய நோய் உள்ளவர்களும், ரத்த அழுத்தம் கம்மியாய் உள்ளவர்களும் உபவாசம் இருக்கக் கூடாது) நோய் தீவிரமாயிருந்தால் இரவில் வரும் சிறுநீர் முழுவதையும் அருந்துதல் வேண்டும். இந்தக் கேஸ்களில் உடலின் தேய்க்க ஆரோக்கியமுள்ள மற்றவர்களின் சிறுநீரைப் பழையதாக்கி உபயோகிக்கலாம்.

இப்படிச் செய்துவந்தால் நோய் முதல் நாளிலேயே அல்லது நான்கு தினங்களுக்குள் குணமடையும். உபவாசம் முறிந்து ஆகாரம் உட்கொள்ள ஆரம்பிக்கும் பொழுதுதான் மிகவும் ஜாக்கிரதையாக இருக்க வேண்டும். உடனே பூரண சாப்பாடு ஆரம்பிக்கக் கூடாது. முதல் நாள் சாத்துக்குடி ஆரஞ்சு ரசமோ, அல்லது பாசிப்பயிர் வேகவைத்த தண்ணீர் மட்டும் அருந்தி உபவாசம் முறிக்கவும். பிறகு மறு நாளிலிருந்து பால், பழம், கஞ்சி, லேசான உணவு இரண்டு மூன்று தினங்கள் சாப்பிட்டு, பிறகு எப்பொழுதும்போல் சத்துள்ள சாத்வீக உணவு உட்கொள்ள வேண்டும். சாப்பிட ஆரம்பித்தவுடன் சிறுநீர் 2-வது பாராவில் சொல்லியபடி 3 அல்லது 4 முறை சாப்பிடவும். உடலில் பழைய சிறுநீர் கொண்டு தொடர்ந்து தேய்த்துவர வேண்டும். உடல் மாலிஸ் அல்லது தேய்க்கும் முறை முன்பே சொல்லப்பட்டிருக்கிறது.

புற்றுநோய், குஷ்டம், காசம், ஆஸ்துமா, இருதய, சிறுநீரக வியாதிகள், நீரிழிவு, சரும வியாதிபோன்ற நீண்டகால கொடிய நோய்களுக்கு :—

(i) மேலே கூறியதுபோல சிறுநீருடன் வெந்நீர் கலந்து எனிமா கொடுக்க வேண்டும்.

(ii) ஃபடி பாராவில் குறிப்பிட்டபடி ஒரு வாரம் முதல் நான்கு வாரங்கள் வரை உடலுக்குத் தக்கபடி பூரண உபவாசம் இருக்க வேண்டும். எவ்வளவுக் கெவ்வளவு உபவாசம் இருக்கிறோமோ அவ்வளவுக் கவ்வளவு புற்றுநோய்க்காரர்களுக்கு மிக நல்லது.

(iii) உடம்பில் தலையிலிருந்து உள்ளங்கால் வரை, பாட்டிலில் பிடித்து வைத்துப் பழைய தாக்கிய சிறுநீர் கொண்டு மாலிஸ் செய்தல் அல்லது தேய்த்துவிடுதல் விவரம் மேலே பாராவில் காணவும்.

நோயின் ஆரம்ப நிலையிலிருந்தே சிறுநீர் சிகிச்சை முறை கையாளப்பட்டால் மேலே குறிப்பிட்ட நீண்ட கால கொடிய வியாதிகளையும் ஓரிரண்டு மாதங்களில் குணப்படுத்தி விடலாம். உபவாசம் மேலே பாராவில் சொல்லியபடி படிப் படியாக நிறுத்தப்பட வேண்டும். பிறகு முன்பு குறிப்பிட்டபடி 3 முறை சிறுநீர் அருந்தி வரவேண்டும். உடலிலும் பழைய சிறுநீர் கொண்டு மாலிஸ் செய்ய வேண்டும்.

காயங்கள், தீப்புண்கள், தசைவீக்கம், கட்டிகள்

(i) அளவு :— ½-யிலிருந்து 1 டம்ளர் வரை அவரவர் சிறுநீரை 2 அல்லது 3 முறை தினசரி அருந்த வேண்டும்.

(ii) சிறுநீரில் நனைக்கப்பட்ட துணியினால் பாதிக்கப்பட்ட இடங்களில் ஒத்தடம் கொடுத்தல். துணி காய்ந்துவிடும்பொழுது அதில் சிறுநீரை ஊற்றி எப்பொழுதும் ஈரமாக வைத்திருக்க வேண்டும். பிறகு கட்டிகள், புண்கள்மேல் ஈரத் துடன் வைத்துக் கட்டிவிட வேண்டும்.

இந்த சிவாம்பு சிகிச்சை முறை பாம்புக் கடி, எலிக்கடி, தேள்கடி, வெறிநாய்க்கடி ஆகிய விஷக்கடிகளுக்குச் சக்தி வாய்ந்த நிவாரணி ஆகும். தேள் கடிக்கு உடனே தனது சிறுநீரையே அருந்தி, பழைய சிறுநீரைக் கடித்த இடத்தில் தேய்க்க ஒரே நிமிஷத்தில் நெறி இறங்கி வலி நின்றுவிடும்.

அபினி மற்றும் பல்வேறு விஷப் பொருள் களினால் ஏற்படும் விளைவுகளுக்கும் இந்த சிகிச்சை முறை சக்தி வாய்ந்த நிவாரணி ஆகும். இந்தக் கேஸ்களில் இரவு பகல் பூராவும் கழிக்கப்பட்ட சிறுநீர் அத்தனையும் ஒரு சொட்டுக்கூட விடாமல் கொடுக்கப்பட வேண்டும். நோயாளி சிறுநீர் கழிக்க முடியாத நிலையில் இருந்தாலோ, அல்லது மிகக் குறைந்த அளவில் கழித்தாலோ, ஆரோக்கிய மான நபர்களின் அல்லது சிறு குழந்தைகளின் சிறுநீர் கொடுக்கப்படலாம். ஒரு தடவைக்கு 2 லிருந்து 6 அவுன்ஸ் விதம் கொடுக்கலாம். ஆணின் சிறுநீர் ஆண் நோயாளிகளுக்கும், பெண்ணின் சிறுநீர் பெண் நோயாளிகளுக்கும் கொடுக்கப்பட வேண்டும்.

அதிகக் குளிர்ச்சியினாலோ அல்லது அதிக உஷ்ணத்தினாலோ, மற்றும் மனம், உடல் களைப்பு, அசதி, அமைதியின்மைக்கு, 2 லிருந்து 4 அவுன்ஸ் தினசரி ஒன்றிலிருந்து மூன்று முறை தேவைக்குத் தக்கபடி அருந்தி வரவும்.

சிறுநீரினால் உடலை மாலிஸ் அல்லது தேய்த்துவிடும் முறை :—

இதற்குக் குறைந்த பட்சம் ஏழு நாட்கள் பழையதான சிறுநீர் தேவை. இதை ஒவ்வொரு நாளும் ஒரு பாட்டிலில் பிடித்து நிரப்பி, ஏழு நாட்களில் ஏழு பாட்டில்களில் சேகரித்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். ஒவ்வொரு பாட்டிலும் ஒரு பவுண்டு அல்லது ஒரு ராத்தல் சிறுநீர் கொள்ளக்கூடியதாக இருக்க வேண்டும். ஒவ்வொரு பாட்டிலிலும் 1, 2, 3, 4, என்று எண் குறித்துக்கொள்ள வேண்டும்.

தேய்ப்பதற்குமுன் சிறுநீர்ப் பாட்டிலை, ஒரு பாத்திரத்தில் சுடுநீர் ஊற்றி அதற்குள் வைத்து, வெதுவெதுப்பாக்கிக்கொள்ள வேண்டும். பின்னர் சூடான பழைய சிறுநீரை வாயகன்ற எனாமல் அல்லது எவர் சில்வர் அல்லது மண்ணாலாகிய கிண்ணம் அல்லது தேங்காய்த் தொட்டாங்குச்சி ஏதாவது ஒன்றில் ஊற்றி, உள்ளங்கையை சூடான சிறுநீரில் முக்கி முதலில் நெற்றி, முகம் முதலிய இடங்களில் கை காயும் வரை தேய்த்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும். இவ்வாறு உடலின் ஒவ்வொரு பாகத்தையும் தேய்க்க வேண்டும். உடம்பு முழுவதும் தேய்ப்பதற்கு 30 நிமிஷங்கள் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

தலை, முகம், கழுத்து	—	5	நிமிடங்கள்
மார்பு, விலாப்புறம், முதுகு	—	10	,,
தோள், கைகள், விரல்கள்	—	5	,,
இடுப்பு, தொடை, கால்கள், பாதம், விரல்கள்	}	5	,,
உள்ளங்கால்கள்	—	5	,,

தேய்த்து முடித்த பிறகு ½ மணியிலிருந்து ¾ மணி வரை ஓய்வெடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

காலையில் இளஞ் சூரிய வெப்பத்தில் ஓய்வெடுப்பது நல்லது. பிறகு வெந்நீரில் குளியுங்கள். இந்த குளியலுக்குச் சோப்பு எதுவும் பயன்படுத்தக் கூடாது.

குறிப்பு:— சிவாம்பு கல்பத்தில் உடலில் தேய்க்க அப்பொழுதே வரும் புதிய சிறுநீரை காய்ச்சி தேய்க்கும்படி பரமசிவன் சொல்லுகின்றார். 7 நாள் பழைய சிறுநீரைக்காட்டிலும் அப்பொழுதே வரும் புதிய சிறுநீரைக் காய்ச்சித் தேய்ப்பதில் நல்ல குணம் காண்கிறது. என் அனுபவமும் அதுவே. "Sastras are God's spoken words". அதுவே நல்லது. பழையது தேவையில்லை.

காலை 6 மணி அல்லது 7 மணிக்கு வரும் சிறு நீரைப் பிடித்து மண் சட்டியில் இட்டு சுண்டக் காய்ச்சி (4 அவுன்ஸ் ஒரு அவுன்ஸாக ஆகும் பரியந்தம்) ஆறவைத்து உச்சி முதல் உள்ளங்கால் வரை தேய்த்து ½ மணி நேரம் ஊறிக் குளிக்கவும்.

இந்த முறையில் சிறுநீர் தேய்த்துக் குளிப்பதால் உடல் தசைகளிலுள்ள டாக்சின்கள் என்கிற விஷப் பொருட்கள் அழிந்து விடுகின்றன. தசைகள் சிறுநீரில் இருக்கின்ற வைட்டமின்கள், ஹார்மோன்கள், என்சைம்கள், உப்புகள் முதலிய ஊட்டச்சத்துக்களைப் பெறுகின்றன. எனவே, சிறுநீர் குடித்து உபவாசம் இருக்கும் நோயாளி, வெறும் தண்ணீரை மட்டும் அருந்தி உபவாசம் இருக்கும் நோயாளியைப்போல் களைப்படைவதில்லை.

உடம்பின் பல்வேறு உறுப்புகளாகிய கண், காது, மூக்கு, தொண்டை, தோல், ஆண், பெண்களின் மர்ம உறுப்புகள் ஆகியவற்றில்

தோன்றுகின்ற வியாதிகள் எல்லாம் இந்த டாக்சின் என்கிற விஷப் பொருள்களும், கழிவுப் பொருள்களும் தசைகளில் சேர்ந்துவிடுவதினால்தான் ஏற்படுகின்றன. எனவே மேலே குறிப்பிட்ட சிகிச்சை முறையானது எல்லா நோய்களையும் குணப்படுத்த வல்லது. ஒவ்வொரு உறுப்புக்கும் அதிகப்படியான தனிப்பட்ட முறையில் சிகிச்சை சொல்லப்படுகிறது.

1. கண் நோய்களுக்கு :—

புதிய சிறுநீர் கொண்டு கண்களை ஒன்று அல்லது இருமுறை கழுவவும். காலையிலும் இரவில் படுக்கு முன்பும் கண்களில் சிறுநீர் சில துளிகள் விடவும். கண்ணாடிப் பாத்திரத்தில் புதிய சிறுநீர் பிடித்து பத்து நிமிடங்கள் தூசி விழாமல் மூடி வைத்து விடவும். இப்படிச் செய்வதால் சிறுநீரிலுள்ள திடப்பொருள்கள் அடியில் தங்கிவிடும். பின்னர் மேலே உள்ள தெளிந்த சிறுநீரை சுத்தமான கண்ணாடி அல்லது பீங்கான் கண் கோப்பையில் (Eye Wash Cup) அல்லது வேறு கிண்ணத்தில் 2 அல்லது 3 அவுன்ஸ் எடுத்துக்கொண்டு, தலை குனிந்து கண்களைக் கோப்பையிலுள்ள சிறுநீரில் மூடித் திறக்கவும். கண் விழிகளை மேலும் கீழும், இடப்புறமும், வலப்புறமும் சுமார் ஐந்து நிமிடங்களுக்குத் திருப்பிக் கொண்டிருக்கவும். பின்னர் கோப்பையிலுள்ள உபயோகித்த சிறுநீரைக் கொட்டிவிடவும்.

2. காது வியாதிகளுக்கு :—

காது வலி, சீழ் வடிதல், செவிடு, இரைச்சல் முதலிய நோய்களுக்கு லேசாக சூடு செய்யப்பட்ட பழைய சிறுநீரில் 5-லிருந்து 7 துளி தினந்தோறும்

இரு முறை காதில் விடவும். சிறுநீர் குறைந்த பட்சம் நான்கு நாட்கள் பழையதாக இருக்க வேண்டும். காதில் வலி இருப்பின் சூடான சிறுநீரால் காதின் மேலும், காதைச் சுற்றியுள்ள இடங்களிலும் ஒத்தடம் கொடுக்கவும்.

3. மூக்கு, மூக்குத்தண்டு, பீனிசம் முதலிய வியாதிகள் :—

புதிய சிறுநீரை மூக்கினால் உறிஞ்சவும் அல்லது ஸ்பிரே செய்யும் கருவி அல்லது தெளிப்பானால் மூக்குக்குள் தெளிக்கவும்.

4. வாய், தொண்டை வியாதிகள் :— ஸ்டமடைடிஸ், டான்சிலைடிஸ் (உள் நாக்கு வளரல்) ஆகியவற்றிற்குச் சிறுநீரில் கொப்பளிக்கவும். கொப்பளிக்கும்பொழுது தலையை அண்ணாந்து முகத்தை மேலே திருப்பி கொப்பளித்து (Gargle) உள்ளே விழுங்கிவிடலாம். ஸ்பிரே அல்லது தெளிக்கும் கருவியினாலும் தொண்டைக்குள் செலுத்தலாம்.

5. பல் வியாதிகள் :— ஜிஞ்சிவிட்டிஸ், பயோரியா, ஈறு வீக்கம், பல் ஆட்டம் ஆகியவற்றிற்கு தினந்தோறும் இரண்டு அல்லது மூன்று முறை புதிய சிறுநீரால் வாய் கொப்பளித்து, சிறுநீர் கொண்டு ஈறுகளை நன்றாகத் தேய்த்து விடவும். ஈறு வீக்கம் காரணமாக வலி வேதனை இருந்தால், ஒரு துண்டுப் பஞ்சை சிறுநீரில் தோய்த்து வைக்கவும் அல்லது சூடு செய்த பழைய சிறுநீரில் துணியை நனைத்து வெளியில் ஒத்தடம் கொடுக்கவும்.

6. மூல வியாதிகள் :— உள் மூலம், வெளி மூலம், ரத்தமூலம், பவுத்திரம், பிளவை ஆகியவை கட்கு, சிறுநீரினுல் நனைக்கப்பட்ட பஞ்சு அல்லது துணியை ஆசன வாயில் செலுத்தி வைத்து இரவு படுக்கப் போகுமுன் கௌபீனம் (கோவணம்) அல்லது லங்கோட்டினுல் கட்டவும். மலம் கழிந்த பின் ஏற்படும் ரத்தப் பெருக்கு, வலி, வேதனை, வீக்கம் ஆகியவற்றை நிறுத்த இதே முறையைப் பின்பற்றவும்.

7. பெண் உறுப்புகட்கு :— லூகோரியா, மாதவிடாய் கோளாறுகள் — அதிக ரத்தப்பெருக்கு, வயிற்றுவலி ஆகியவற்றிற்கு ஸ்திரீகளின் மர்ம ஸ்தானத்தினுள்ளே சிறுநீரினுல் தோய்க்கப்பட்ட பஞ்சு அல்லது துணியை இரவு படுக்கைக்குப் போகுமுன்னும், தேவைப்பட்டால் பகலிலும் ஒன்று அல்லது இரண்டு தடவைகள் செலுத்தி வைத்துக் கட்டவும். வயிற்றுவலி இருந்தால் துணியைக் கனமாக மடித்து சிறுநீரில் தோய்த்து அடிவயிற்றின்மேல் வைத்துக் கட்டவும். துணி உலர்ந்து போனுல் மறுபடி சிறுநீர் ஊற்றி ஈரமாக்கி விடவும்.

14. ஆகார விதிமுறைகள்

சிவாம்பு சிகிச்சையின்போது நோயாளி வேறு எந்தவிதமான மருந்தையும் உபயோகிக்கக் கூடாது. பீடி, சிகரட்டு, புகையிலை, மதுபானம், மாமிசம், மீன், முட்டை ஆகியவற்றை நீக்குதல் வேண்டும். சைவ உணவே சிறந்தது. பழம், பால், கீரை, காய்கறி வகைகள், அரிசி, கோதுமை, ராகி போன்ற சாத்விக உணவையே உட்கொள்ள வேண்டும்.

15. சிவாம்பு உபயோகிக்கும்பொழுது அனுசரிக்க வேண்டிய முறைகள் :-

சிவாம்பு சிகிச்சையின்போது உடலிலுள்ள டாக்சின் என்ற விஷப் பொருள்கள் நான்கு வழிகளில் வெளியேற்றப்படலாம். 1. வாந்தி, 2. பேதியாதல், 3. சிறுசிறு கொப்பளங்கள், 4. ஜலதோஷத்தினுல் கபம் வெளிப்படல். சில கேஸ்களில் நான்கும் ஏற்பட வாய்ப்புண்டு. இம்மாதிரி ஏற்படும்பொழுது பயப்படக்கூடாது. சிவாம்புவைத் தொடர்ந்து உபயோகிப்பதால் அவை தாமாகவே விரைவில் நின்றுவிடும்.

எந்த ஒரு வியாதிக்கும் சிறுநீர் உள்ளுக்குச் சாப்பிட்டும், உடலில் தேய்த்தும் வந்தால் முதல் வாரத்திலேயே நல்ல பலன் தெரிந்துவிடும். நான்கு ஐந்து தினங்களில் உடலின் உஷ்ணம் வெளியேறி சொரி, சிரங்கு, பிப்பு, கொப்பளம் அல்லது முகப்பரு தோன்றலாம். இதனுல் பயந்துவிடக் கூடாது. வேறு சிகிச்சை எதுவும் செய்யக்கூடாது. அதில் நன்மையே. இயற்கை அதன் வேலையைச் செய்கிறது. இரத்தத்திலுள்ள டாக்சின் எனும் விஷப் பொருள்கள் வெளியேறுகின்றன.

கடைசியில் முக்கியமாக கவனிக்க வேண்டிய விஷயம் ஒன்று உண்டு. நோயாளியின் நோயைப் போக்குவதற்கு அவனுடைய சிறுநீரையே குடிக்கக் கொடுக்க வேண்டும். தன்னுடைய சிறுநீர் எந்த நிறமாக இருந்தாலும், எந்த ருசியாக இருந்தாலும், எந்த நாற்றமாக இருந்தாலும் அதையேதான் குடிக்க வேண்டும். வெளித்தோற்றத்தைப் பார்த்துத் தயங்கக் கூடாது. ஏனெனில் இது மிகவும் குணமுள்ளது.

மற்றவர்களது சிறுநீர் தீங்கு பயக்கவல்லது. மனிதனுைலும், மிருகமானுலும் அவரவரின் சிறுநீரே அவரவருக்குச் சிறந்தது.

ஆனால் சில குறிப்பிட்ட சூழ்நிலைகளில், மற்றவர்களின் சிறுநீரைக் கொடுப்பது தவறில்லை. ஒருவன் மூர்ச்சை நிலையில் இருக்கிறன். ஒருவனைப் பாம்பு தீண்டிவிட்டது அல்லது விஷப் பொருட்கள் தின்றுவிட்டன. சிலருக்கு சிறுநீர் வராத நிலையும் இருக்கலாம். அந்த நிலைகளில் ஆரோக்கியமான மற்றவர்களின் சிறுநீர் குடிக்கக் கொடுக்கலாம். ஆணுயிருந்தால் ஆணுடையதும், பெண்ணுயிருந்தால் பெண்ணுடையதும் கொடுக்கப்பட வேண்டும்.

---

16. குணமடைந்தோரின் அனுபவங்கள்

K. B. கிருஷ்ணன், வயது 22, வெங்கரை

''நான் ஒரு கபாடி விளையாட்டு வீரன். 1971-ல் குளித்தலையில் கபாடி விளையாடிக் கொண்டிருந்தபொழுது திடீரென்று இருதயத் துடிப்பு ரொம்பவும் அதிகமாகி, வலியும் ஏற்பட்டது. உடனே என்னை டாக்டரிடம் கூட்டிச் சென்று சிகிச்சை அளித்தார்கள். அதிலிருந்து கபாடி பந்தயங்களுக்குப் போவதை நிறுத்தி விட்டேன். ஆனால் அடிக்கடி இருதய நோய் சம்பந்தமாக பல டாக்டர்களிடம் சிகிச்சை செய்து கொண்டும் பயனளிக்கவில்லை. ஒரு நாள் எனக்கு இருதயமே நின்றுவிடும்போல (Heart Sinking) உணர்ச்சி உண்டாகி மயக்கம் ஏற்பட்டு விட்டது.

வேலூருக்கு டெலிபோன் செய்து டாக்டரை வரவழைத்து தற்காலிகமான சிகிச்சை அளிக்கப் பட்டது. என்னை ராயவேலூர் அமெரிக்கன் ஆஸ்பத்திரிக்கு கொண்டுபோக தீர்மானித்து விட்டார்கள். அது சமயம் தான் ஸ்ரீலஸ்ரீ குமாரனந்தர் இராசிபுரத்திலிருந்து எங்கள் வீட்டிற்கு வந்தார். தனக்கு சபரிமலையில் நேர்ந்த மாரடைப்பு பற்றியும், கார்டியோகிராம் எடுத்து இருதயம் ரொம்ப டேமேஜ் ஆகிவிட்டதையும், தான் சிறுநீர் சிகிச்சை செய்து எப்படி குணமடைந்தார் என்பதையும் சொல்லி என்னை தைரியப் படுத்தினர். அவர் சொல்படி நான் சிறுநீர் அருந்தியும், தேய்த்தும் வந்ததில் இந்த மூன்று மாத காலமாக இருதய வலி, அதிக துடிப்பு இல்லை. 10 பவுண்ட் எடை அதிகமாகியிருக்கிறது. பழைய சக்தியைப் பெற்றுவிட்டேன்''.

— K. B. கிருஷ்ணன்.

டி. பி. அல்லது க்ஷயம்

C. முனுசாமி நாயுடு, வயது 40,
சேலம் வாட்ச் ஹவுஸ், 12-B, கடைத்தெரு,
சேலம்-1. ஏஜண்ட் நெ. MDS 49

''1971-ல் க்ஷயரோகம் என்னும் கொடிய வியாதியால் பீடிக்கப்பட்டு ஊசி போட்டுக் கொண்டும், மருந்துகள் சாப்பிட்டும் பயனில்லை. நோய் அதிகமாகி கடைக்கு வந்து எனது தொழிலை கவனிக்க முடியாமல் ஆறு மாத காலம் படுக்கையிலிருந்தேன். சுவாமிகள் சேலம் வரும்பொழுதெல்லாம் என் கடைக்கு வருவது வழக்கம்.

எனக்கு ஏற்பட்டிருக்கும் நோயை என் சகோதரன் மூலம் கேள்வியுற்று, அவனிடம் ''சர்வரோக நிவாரணி'' என்ற புத்தகம் கொடுத்துப் போனார். அதைப்படித்து அதன் உதவியால் தினம் 3 வேளை சிறுநீர் அருந்தி, பழைய சிறுநீர் கொண்டு உடலில் தேய்த்து 15 தினங்களில் குணமடைந்து, ஒரு மாதத்திற்குள் கடைக்கு வந்து எனது தொழிலைக் கவனித்து வருகிறேன். சென்ற ஒரு வருடமாக எனது உடல் நிலை நன்றாகவே இருக்கிறது''.

— C. முனுசாமி, 18—7—73

மகோதரம்

சந்திரசேகரன், வயது 3, S/o வண்டிக்கார முனியாண்டி, வெங்கரை, சேலம் ஜில்லா.

''எனது மகனுக்கு மகோதரம் ஏற்பட்டு, வயிறு வீங்கி, உடல் ரொம்ப மெலிந்து பாண்டமங்கலம், வேலூர் சென்று இங்கிலீஷ் வைத்தியம், நாட்டு வைத்தியம் செய்து ரூ. 500/- செலவே தவிர குணம் காணவில்லை. இனிமேல் பிழைக்காது என்றும் சொல்லிவிட்டார்கள். திரு. பழனியப்பன் என்னை சுவாமி பூமானந்தரிடம் இது விஷயமாக கூட்டிச் சென்றார். சுவாமிகள் அது சமயம் மௌனமிருந்ததால், காகிதத்தில் எழுதிக் கொடுத்தார். என் மகனைப் பார்க்கவும் இல்லை. அவர் எழுதிக்கொடுத்தபடி சிறுநீர் வைத்தியம் செய்ததில் ஒரு வாரத்தில் குணமடைந்து, பையனை சுவாமிகளிடம் கூட்டிச் சென்றேன். இப்பொழுதெல்லாம் அவனே டம்ளரை எடுத்து சிறுநீர் பிடித்து தினமும் சாப்பிடுகிறான். இந்த இரண்டு வருடமாக அவனுக்கு எந்த நோயுமில்லை. இப்பொழுது அவனுக்கு வயது 5.

எருமைத் தேள் கடி

நான் கணேச கண்டர் வயலில் சுவாமிகள் சாலைக்கு எதிரில் வேலை செய்துவிட்டு மதியம் 1 மணிக்கு வேலை முடிந்து வீடு செல்லும் பொழுது எருமைத் தேள் கடித்தது. பக்கத்தில் என்னுடன் வந்த பொன்னம்பலம் தேளைக் கொன்றுவிட்டு, நான் அதிக வலியால் நடக்க முடியாத நிலையிலிருந்தபடியால், சுவாமிகளிடம் என்னைத் தூக்கிச் சென்றார். என்னுடைய சிறுநீரையே அருந்தும்படி செய்து, சுவாமிகளிடம் பாட்டிலில் இருந்த பழைய சிறுநீரை கடித்த இடத்தில் ஊற்றி அவரே நன்றாகத் தேய்த்தார். மறு நிமிடமே வலி நின்றது.

— முனியாண்டி.

பவுத்திரம் (Fistula)

கை. பழனியப்பன், வயது 35, வெங்கரை (சேலம் மாவட்டம்)

''எனக்கு 15 வருட காலமாக மூலத்தில் பவுத்திர நோய், சீழ் வடிந்து கொண்டிருந்தது. சரிவர உட்கார முடியாது. பல இடங்களில் நாட்டு வைத்தியம், இங்கிலீஷ் வைத்தியம் செய்து கொண்டும் பலனளிக்கவில்லை. எனது சகோதரி லட்சுமிக்கு இருதய நோய் அதிவிரைவில் குணமடைந்தது கண்டு, சிறுநீர் சிகிச்சையில் நம்பிக்கை ஏற்பட்டு, சுவாமிகள் சொன்னபடி சிறுநீர் குடித்தும், ஆசனவாயில் சிறுநீரில் நனைத்த துணியை வைத்துக் கட்டியும், 15 வருடமாக என்னைப் பிடித்திருந்த நோய், ஒரே மாதத்திற்குள்

ஆறி குணமடைந்தது. தேக ஆரோக்கியத்தின் பொருட்டு தொடர்ந்து அமுரியை தினமும் காலை ஒருவேளை 4 அவுன்ஸ் சாப்பிட்டு வருகிறேன்.''

— கை. பழனியப்பன்,

பீனிசம் (Sinitis)

M. S. ராஜன், வயது 30, வெங்கரை.

''நான் கடந்த 6 வருட காலமாக மூக்கில் பீனிசம் என்ற நோயால் ரொம்பவும் அவஸ்தைப் பட்டேன். இங்கிலீஷ், சித்த, ஆயுர்வேத முறைகளில் வைத்தியம் செய்து கொண்டும் குணமில்லை. சேலத்தில் ஒரு முறையும், ஒட்டன் சத்திரத்தில் ஒரு முறையும் ஆபரேஷன் செய்து கொண்டும் பயனளிக்கவில்லை. பின்னர் எனது நண்பர் ஆறுமுகம் என்னை சுவாமிகளிடம் கூட்டிச் சென்றார். அவர் சொல்லியபடி அமுரியும், தண்ணீரும் மட்டும் சாப்பிட்டு 10 தினங்கள் பூரண உண்ணாவிரதமிருந்து, மேலே தேய்த்து, மூக்கினால் நசியமும் செய்ததில் எனக்கு இப்பொழுது மூக்கு அடைப்பு இல்லை. நன்றாக சுவாசம் எடுக்க முடிகிறது. உடலில் புதிய தெம்பு ஏற்பட்டிருக்கிறது. வயலுக்குச் சென்று களைக்காமல் வேலை செய்ய முடிகிறது. ஒரு நாள் வெங்கரையிலிருந்து கரூருக்குப் போக வர சுமார் 40 மைல் சைக்கிளில் சென்றும் களைப்படையவில்லை.

அமரி என்பது விலை மதிக்க முடியாத ஓர் அமிர்தம். காலை, மாலை, டீ, காபி அருந்துவதைவிட அமரி அருந்தி வந்தால் காசு மிச்சம். தவிரவும் உயிருள்ளவரை நோயே அணுகாது என்பது எனது திடமான நம்பிக்கை.

M. S. ராஜன்.

விஷக்கடி — மஞ்சள் காமாலை

A. கிருஷ்ணன், வயது 25, வெங்கரை.

''எனக்கு விஷக்கடியினால் உடல் பூராவும் வட்ட வட்டமாக தடிப்புகள் ஏற்பட்டு ரொம்பவும் நமைச்சல் உண்டாயிற்று. வேலூர் டாக்டரிடம் 15 ஊசிகள் போட்டுக் கொண்டதில் மறைந்து விட்டது. ஆனால் 1½ மாதம் கழித்து மஞ்சள் காமாலையால் கஷ்டப்பட்டேன். ஊசிகள் போட்டுக் கொண்டும், பாடம் போட்டுக் கொண்டும், பச்சிலை மந்திரித்து சாப்பிட்டும், ஈரோடு சென்று நாட்டு வைத்தியம் செய்தும், மறுபடி நாமக்கல் சென்று ஊசிகள் போட்டுக் கொண்டும், உடல் ரொம்ப பலவீனமாகி, எனது வெற்றிலைக் கொடிக்காலுக்குப் போய் வேலை செய்ய முடியாமல் போய்விட்டது.

சுவாமிகள் சொன்னபடி தினம் 3 முறை சிவாம்பு சாப்பிட்டும், தேய்ப்பதும் செய்து ஒரே வாரத்தில் குணம் தெரிந்தது. ஆனால் மறைந்திருந்த விஷக்கடி தலை தூக்கியது. நான் ரொம்பவும் பயந்து சுவாமியைச் சந்தித்துக் கேட்க, சிறுநீர் உட்சென்று ரத்தத்திலுள்ள விஷ நீரை வெளிப்படுத்துகிறது. இதைவிட இன்னும் அதிகமானாலும் பயப்பட வேண்டாம். மேலே தேய்ப்பதை காலை, மாலை, இருவேளை செய்யச் சொன்னார். நான்கே நாட்களில் மறைந்துவிட்டது. ஒன்றரை வருடமாகியும் உடல் ஆரோக்கியம் நன்றாகவே இருக்கிறது''.

குறை நோய் - பெருங்குஷ்டம் (Degenerative Leprosy)

கருப்ப கவுண்டர், வயது 35,
சிறுகிணத்துப்பாளையம், கபிலர்மலை.

"நான் வெற்றிலைக் கொடிக்காலில் வேலை செய்கிறேன். ஐந்து வருட முன்பு என் உடலில் முதலில் வெள்ளையாக தேமல் மாதிரி வட்ட வட்டமாக ஏற்பட்டு, பிறகு தடிப்புகள் உண்டாயிற்று. நமைச்சல் அதிகமாயிற்று. கை, கால், விரல்கள், காது, முகங்களில் வீக்கம், பிறகு ரணம் ஏற்பட்டு, குதிக்காலில் பெரிய பிளவும் உண்டாயிற்று. பலரிடம் வைத்தியம் செய்து, ஊசி போட்டும் நோய் அதிகமாயிற்றே தவிர குணமடையவில்லை.

1972 மார்ச்சு மாதம் வெங்கரை சென்று சுவாமி பூமானந்தரை சந்தித்தேன். 'ஒரே மாதத்தில் உன்னைப் பிடித்த சனியன் ஓடிவிடும்' என தைரியம் சொன்னார். அவர் சொல்லிய பிரகாரம் பட்டினி இருந்து சிறுநீர் அருந்தி, 7 நாள் பழையதாக்கிய சிறுநீரை உடலில் தேய்த்து ஊறி குளித்து வந்ததில் மூன்றே மாதத்தில் புண்களெல்லாம் ஆறி, தடிப்பு நீங்கி பூரண குணம் கண்டேன்.

முன்பெல்லாம் உடலில் உணர்ச்சி இருக்காது. இப்பொழுது நன்றாக உணர்ச்சியிருக்கிறது. என்னைப் போல் கூலி வேலை செய்து அரை வயிற்றுக் கஞ்சிக்குத் திண்டாடும் ஏழை மக்கள், கொடிய நோயினால் அவதிப்படும்போது, காசு செலவில்லாத அவரவர்கள் சிறுநீரையே குடித்தும், தேய்த்தும் தீராத வியாதிகளைப் போக்கிக்கொள்ள வேண்டுகிறேன்"

— கருப்ப கவுண்டர்.

லிவர் கட்டி (Liver Enlargement)

குணசங்கரன், வயது 3, S/o V. K. ரெங்கசாமி
ஆசிரியர், வெங்கரை.

"எனது மகன் லிவர்கட்டி நோய்க்கு ஒரு வருஷத்திற்கும் மேலாக வேலூர், கரூர், ஒட்டன் சத்திரம் மருத்துவ மனைகளில் சிகிச்சை செய்தும் குணமாகாமல் மிக வருத்தமுற்றிருக்கும் பொழுது தான், எங்கள் ஊருக்கு வந்த ரிஷிகேசம் பூமானந்தர் 15 வருட காலமாக ரொம்பவும் நோய்வாய்ப்பட்டிருந்த திரு. P. கேசவ கவுண்டரை சிறுநீர் வைத்தியம் சொல்லி ஒரே மாதத்தில் குணப்படுத்திவிட்டார். எனது மகனையும் அவரிடம் காண்பித்து சிறுநீர் வைத்தியம் செய்ததில் 20 தினங்களில் நல்ல குணம் கண்டது. பையன் சுறு சுறுப்புடன் காணப்பட்டான். இப்பொழுது அவனுக்கு வயது 5. உடல் தேறி நல்ல ஆரோக்கியத்துடன் இருக்கிறான்."

V. K. ரெங்கசாமி, ஆசிரியர், வெங்கரை.

வாய்ப்புற்று (Mouth Cancer)

V. M. சாமியப்ப கவுண்டர், வயது 55, வெங்கரை.

"எனக்கு வெட்டை உஷ்ணம். 47 வயதிலிருந்தே உடல்நிலை சரியில்லை. பல டாக்டர்களிடம் வைத்தியம் செய்துகொண்டேன். மூன்று வருடத்திற்கு முன்பு வாயின் உதடு ஓரமாக புண் உண்டாகி ஊசி போட்டு வைத்தியம் செய்தும் குணமில்லை. மதுரை சர்க்கார் எர்ஸ்கின் ஆஸ்பத்திரியில் தாக்கல் செய்து கொண்டு, இது புற்று நோய் என்று கண்டுபிடிக்கப்பட்டு, ரேடியம்

காண' வைத்து குணமடைந்தது. ஆனால் ஒரு வருடத்தில் திரும்ப வரலாம்; அப்படி வந்தால் உடனே தாமதமின்றி வந்து சிகிச்சை பெற்றுக் கொள்ளும்படி சொல்லி என்னை ஆஸ்பத்திரியிலிருந்து அனுப்பிவிட்டார்கள்.

ஒரு நாள் சுவாமி பூமானந்தர் எனது கடையில் உட்கார்ந்து தினமணி பேப்பர் படித்துக் கொண்டிருக்கும் பொழுது இது விஷயம் சொன்னேன். சிறுநீர் கொண்டு தினம் காலை எழுந்தவுடன் வாய் கொப்பளித்து ஒரு டம்ளர் அருந்திவந்தால் புற்றுநோய் மட்டுமல்ல, உடலிலுள்ள மற்ற எல்லா வியாதிகளும் பறந்து விடும் என்றார். அதன்படி செய்ததில் புற்றுநோய் திரும்ப வரவில்லை. வெட்டைச் சூடு, நரம்புத் தளர்ச்சி குணமடைந்து விட்டது. இந்த ஒன்றரை வருடமாக எந்த நோயுமில்லை. வயது இப்பொழுது 55 ஆகியும் இளமையே திரும்பி வருவதாக உணர்கிறேன்.''

— V. M. சாமியப்ப கவுண்டர்.

நாள்பட்ட ஆஸ்துமா - ஊரல்
(20 Years old Asthma and Eczema)

சுவாமி பூமானந்தர் அவர்களுக்கு
கொ. முருகப்ப செட்டி,
ஜவுளி வியாபாரம், இராசிபுரம்.

எழுதிய நன்றிக்கடிதம்.

ஐயா, ''நான் சென்ற சுமார் 20 வருட காலமாக ஆஸ்துமா வியாதியால் ரொம்பவும் கஷ்டப்பட்டேன். வலது முழங்காலுக்குக் கீழ் ரொம்ப வருடங்களுக்குமுன் ஊரல் உண்டாகி

நாளுக்கு நாள் பெரியதாகிவிட்டது. ரொம்பவும் அரிப்பு. சொரிந்தால் நீர் வடியும். மேல் சொன்ன வியாதிகளால் பல வருடங்களாக இரவு தூக்கமின்றி உட்கார்ந்து கொண்டேயிருப்பேன். ஊசிகள் போட்டுக்கொண்டும், மருந்துகள் சாப்பிட்டும் குணம் ஏற்படவில்லை.

சிவானந்தர் பிரார்த்தனை மண்டபத் திறப்பு விழாவிற்கு நீங்கள் இவ்விடம் வந்து, சுவாமி சிதானந்தருடன் தலைவர் திரு. M. S. A. ஜெயராம் வீட்டில் தங்கியிருந்த பொழுது, தாங்கள் சொன்ன பிரகாரம் 5 நாட்கள் எனது சிறுநீர், தண்ணீர் தவிர வேறு எதுவும் சாப்பிடாமல் உண்ணாவிரதமிருந்தும், சிறுநீரையே உடலில் தேய்த்தும் வந்ததில், ஒரே வாரத்தில் 20 வருடமாக என்னைப் பற்றிக்கொண்டிருந்த நோய்கள் பறந்துவிட்டன. இரவில் நல்ல தூக்கம் வருகிறது. இந்த ஒன்றரை வருடமாக வேறு எந்த மருந்தும் சாப்பிடுவதில்லை.

முன்பெல்லாம் டால்டா, வெல்லம், நெய், தயிர், ஆரஞ்சு, பூம்பழம் இவைகளில் எது சாப்பிட்டாலும் ஆஸ்துமா அதிகமாகிவிடும். ஊரலில் தமைச்சல் தீவிரமாகும். இப்பொழுது உங்கள் உத்திரவுப்படி எல்லாம் சாப்பிடுகிறேன். எந்தவித தொந்தரவும் இல்லை.''

— கொ. முருகப்ப செட்டி,
ஜவுளி வியாபாரம், இராசிபுரம்.

சர்க்கரை வியாதி, இடுப்புவலி, ஊரல்படை

(Diabetes, Lumbago pain and Weeping Eczema)

நாச்சியப்பக் கவுண்டர்,
வயது 52, வெற்றிலை வியாபாரம்,
பாண்டமங்கலம், சேலம் Dt.

இவருக்கு மேற்கண்ட வியாதிகளுக்கு ஊசிகள் போட்டுக் கொண்டும், மாத்திரைகள் சாப்பிட்டும் குணமில்லை. தினமும் ஒரு வேளை இன்சுலின் போட்டுவந்தார். எல்லா மருந்துகளையும் அறவே நிறுத்தி 11-நாள் சிறுநீர் சாப்பிட்டு உபவாசம் இருந்தார். 7-வது நாள் இடுப்புவலி நின்றது. 11-வது நாளில் இடது கணுக்காலில் ஊரல் காய்ந்து விட்டது. ஆனால் வலது காலில் ஊரல் அதிகமாகி கொதறிவிட்டது. சிறுநீரில் நனைத்த துணியை அதன்மேல் வைத்துக்கட்ட இரண்டு தினங்களில் காய்ந்து குணமடைந்தது. அதன் பிறகு ஆகாரப் பத்தியங்களை நீக்கி, தித்திப்புப் பலகாரம் எல்லாம் சாப்பிட்டும் இந்த இரண்டு வருடமாக சிறுநீரில் சர்க்கரை இல்லை.

பாண்டமங்கலத்தில் ஒரு பெண்மணிக்கு (வயது 22) ஒரு காலில் குதிங்காலிலிருந்து முழங்கால் வரை வெண்குஷ்டம். மூன்று உபவாசம், அதாவது 7 நாள் முதல் உபவாசம், 2வது 5 நாள் 3வது 5 நாட்கள் இப்படி மும்முறை உண்ணா விரதமிருந்து சிறுநீர் சிகிச்சையில் பூரண குணமடைந்து, விவாகமும் ஆகி சேலத்தில் கணவனுடன் குடும்ப வாழ்க்கையிலிருக்கிறார்கள்.

G. A. ரங்கசாமி (தியாகி)

வயது 60, No. 16, ஆண்டவர் வீதி, கோபி.

இத்தொண்டனுக்கு (1) 10 ஆண்டுகளாக ஓயாத இருமல், (2) மூன்று வருடமாக கால்கள் மடக்கமுடியாமல் முழங்கால்களில் அபார வலி, (3) பின்புறம் முதுகில் 3 மாத காலமாக ஒரு அபார வலி.

பெங்களூர் கவர்மெண்ட் ஆஸ்பத்திரியில் சிகிச்சை பெற்றேன். சௌகரியம் அடையவில்லை. சென்னை ஜெனரல் ஆஸ்பத்திரியில் சிகிச்சை பெற்றேன். சௌகரியம் அடையவில்லை.

சுவாமி பூமானந்தா எழுதிய 'சர்வரோக நிவாரணி' புத்தகம் படித்து எனது சிறுநீரையே சாப்பிட்டேன். மேலே கண்ட மூன்று வியாதிகளி லிருந்தும் 16 தினங்களில் பூரண சுகம் கண்டேன்.

இராசிபுரம் சென்றும் சுவாமிகளைச் சந்திக்க முடியாததால் நான் குணமடைந்ததுபற்றி இந்த நன்றித்தாளை எழுதிக் கொடுக்கிறேன்.

இப்படிக்கு,
G. A. Rangaswamy,
வயது 60 19–5–73

P. N. நஞ்சப்பன், வயது 40,
சேர்மன், முனிசிபல் கௌன்சில்,
கோபிசெட்டிப்பாளையம், ஈரோடு R. M. S.

''நான் ஆறு ஏழு மாதங்களுக்கு முன்பு பவானி திருமுறைக் கழகத்தில் சொற்பொழிவாற்றச் சென்றிருந்தேன். வேலூர் உயர் நிலைப்பள்ளி

தமிழாசிரியர் திரு. S. K. இராமராசன் அவர்கள் அடி சொற்பொழிவிற்கு தலைமை தாங்குவதற்கு வந்திருந்தார். சொற்பொழிவு முடிந்தபின்பு நானும் திரு. இராமராசன் அவர்களும் திருமறைச் செல்வர் மு. கண்ணப்பர் அவர்களைப் பார்க்க அவர்களுடைய வீட்டிற்குச் சென்றிருந்தோம். திரு. இராமராசன் அவர்களும் திரு. கண்ணப்பர் அவர்களும் திருமூலர் திருமந்திரத்தைப்பற்றி விவாதித்துக்கொண்டு வந்தார்கள். திருமந்திரத்தில் ஒரு பாடலில் 'நுரை திரை நீக்கி நுகர வல்லார்க்கு, நரை திரை மாறும் நமனும் அங்கில்லையே' என்று உள்ளதாகவும், அதன் பொருள் என்ன என்றும் திரு. இராமராசன் கேட்டார். அதுபற்றி தான் ஆழ்ந்து படிக்கவில்லை என்று திரு. கண்ணப்பர் அவர்கள் சொன்னார். பின்பு திரு. இராமராசன் அவர்களே அதுபற்றிய விளக்கத்தைச் சொன்னார்கள். நாம் கழிக்கும் சிறுநீர் சிறந்த மருந்து என்றும், அதைச் சாப்பிட்டால் எல்லா வியாதிகளும் குணமடைவதாகவும், இதுபற்றி இராசிபுரம் ஸ்ரீலஸ்ரீ சிவானந்த சரஸ்வதி தெய்வீக வாழ்க்கைச் சங்கத்தின் வெளியீடாக 'சர்வரோக நிவாரணி' என்னும் நூலைத் தவத்திரு பூமானந்த சுவாமி அவர்கள் வெளியிட்டுள்ளதாகவும் சொன்னார்கள். எனக்கு ஒரு புத்தகம் அனுப்பும்படி நான் அவரைக் கேட்டுக்கொண்டேன். காரைக்குடி கம்பன் விழாவின்போது அடி புத்தகத்தை எனக்குக் கொடுத்தார் திரு. இராமராசன். அதைப் படித்தேன். வெங்கரை சென்று தவத்திரு பூமானந்த சுவாமியையும் சந்தித்து விபரம் கேட்டேன். பின்பு கோபியில் முதல் முதலாக திரு. ராஜூ கவுண்டருக்கும் என் தாயாருக்கும் வைத்தியம் செய்ய ஆரம்பித்தேன். இவ்வாறு ஆரம்பித்து ஆயிரக்கணக்கானவர்களுக்கு பலதரப்பட்ட நோய்களை — க்ஷயரோகம்,

டயாபிடீஸ், ஆஸ்துமா, ஆல்புமின் (உப்பு வியாதி), குஷ்டம், வெண்குஷ்டம் முதலிய பல வியாதிகளைக் குணப்படுத்தியுள்ளேன். 'மருந்துக்கு காசில்லை, வைத்தியருக்குப் பீசில்லை' இந்த கோஷம் கேட்பதற்கு மட்டும் இனிமையாக இல்லை. வறுமை நிலையில் உள்ள நம் நாட்டு ஏழைகளுக்கு இந்த மருந்து வரப்பிரசாதமாக அமையும் என்று நான் திண்ணமாக நம்புகிறேன்.

மேலே கண்ட அனுபவத்தை நான் எழுதிக் கொண்டிருந்தபோது (12—7—73) பொள்ளாச்சியிலிருந்து திரு. மௌன குருசாமி தமது 12 வயது நிரம்பிய பால் மணம் மாறாத பாலகனை என்னிடம் அழைத்து வந்தார். அது சமயம் தவத்திரு பூமானந்தா அவர்களே அருகில் இருந்தார்கள். இன்று முதல் பாலகன் சண்முகசுந்தரத்தின் வாழ்க்கையில் ஒரு பெரிய விமோசனம், விடிவு காலம் ஏற்படும் என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

திரு. சண்முகசுந்தரத்திற்கு 9 வயது முதல் டயாபிடீஸ் வந்துள்ளது. தினமும் காலை 10 யூனிட், மாலை 40 யூனிட் இன்சுலின் மருந்து ஊசிமூலம் போடுகிறார்கள். ஒரு வேளை இன்சுலின் ஊசி போடவில்லையானால் வலிப்பு வந்துவிடும். 6-வது படித்து வந்த பையனை பள்ளிக்கு அனுப்ப முடியாத காரணத்தால் நிறுத்தி விட்டார்கள். கோபி வந்தவுடன் 12, 13, 14—7—73 மூன்று நாட்களும் இன்சுலின் ஊசி போடாமல் நிறுத்தி, சிவாம்பு சாப்பிட்டு சௌக்யமடைந்த பின்பு திரு. மௌன குருசாமி தம்பதிகளை ஊருக்கு அனுப்பினோம்.

'எழுமை நோய்க்கு மருந்து இராமன் என்னும் செம்மை சேர் நாமம்' என்கிற கம்பர் வாக்குக்கு இணங்க, இம்மைக்கு சிவாம்பு சாப்பிட்டும், மறுமைக்கு ராம நாமத்தைச்

சொல்லியும் மனிதகுலம் நன்மையடைய கருணையின் கோவிலுள் அமர்ந்த கண்ணனாகிய இராமன் அருள்புரிவானாக.

''நான் கடந்த இரண்டு மாதமாக தினம் ஒரு வேளை சிவாம்பு சாப்பிட்டு வருவதில் மாதக் கணக்கில் தொந்தரவு செய்த சளி, இருமல் இருந்த சுவடே தெரியவில்லை. தலையில் உள்ள நரை மயிர், நாளுக்கு நாள் கருத்து வருகிறது''.

P. N. Nanjappan.

கோபி முனிசிபல் சேர்மன் திரு. P. N. நஞ்சப்பன், சிறுநீர் வைத்தியம் சொல்லி பூரண குணமடைந்த கேசுகளில் சிலவற்றை மட்டும் கீழே தந்துள்ளேன்.

ஊரல் (Weeping Eczema)

திரு. ராஜு கவுண்டர், வயது 51,
கொளத்தோட்டம், கெட்டிச்செவியூர் போஸ்டு,
கோவை ஜில்லா.

இவரது வலது முழங்காலிலிருந்து பாதம் வரை பல ஆண்டுகளாக ஊரல். பல டாக்டர்களிடமும், கடைசியாக வெல்லூர் சென்று வைத்தியம் செய்தும் குணமாகாமல் பல ஆண்டுகளாக அவஸ்தைப்பட்டுக் கொண்டிருந்தார்.

சிவாம்பு தினமும் ஒரு வேளை 1 டம்ளர் சாப்பிட்டு, 3 நாட்கள் பழையது செய்து வைத்திருந்த சிவாம்புவைக் கொண்டு ஊரலின் மேல் நன்றாக தேய்த்து, ஊறிய பின் குளிக்க, நீர் வடிவது 3 நாட்களில் நின்றுவிட்டது. ஐந்து நாட்களில் அரிப்பும் நின்றுவிட்டது. மேலும் முழங்கால் முதலிய இடங்களில் இருந்த நாள்பட்ட வலியும் குணமடைந்து உடம்பு தேறி உள்ளது.

சர்க்கரை வியாதி (Diabetes)

திருமதி பொன்னுத்தாயம்மாள், வயது 65,
M/o. திரு. P. N. நஞ்சப்பன்,
முனிசிபல் சேர்மன், கோவை.

என் தாயாருக்கு கடந்த 27 ஆண்டுகளாக சர்க்கரை வியாதி. கடந்த 20 ஆண்டுகளாக நாள் தவறாமல் இன்சுலின் ஊசி போட்டுக் கொண்டு வந்தார்கள். 20—4—73-ல் தொடங்கி தினம் 3 வேளை சிவாம்பு சாப்பிட்டு, 7 நாள் பழையது செய்த சிவாம்புவை தினம் 1 மணி நேரம் உடம்பில் மாலீஸ் செய்து ஊறிக் குளிக்கிறார்கள். இன்சுலின் ஊசி போட்டுக் கொள்வதில்லை. வேறு எந்த மருந்தும் சாப்பிடுவதில்லை. உடம்பில் நல்ல பலம் ஏற்பட்டுள்ளது. சோர்வு என்பதே கொஞ்சமும் இல்லை. சில நாட்களுக்கு முன்பு பாயசம் சாப்பிட்டார்கள். இது 20 ஆண்டுகளுக்குப் பின்பு முதல் முதலாகச் சாப்பிட்ட பாயசம்.

டயாபிடீஸ், ஆஸ்துமா, முழங்கால் வலி, பிளட் பிரஷர்

திரு. துரைராஜ், B. A., B. T., ஹெட்மாஸ்டர்,
முனிசிபல் ஹைஸ்கூல், கோபி.

இவர் சர்க்கரை வியாதி (Diabetes) ஆஸ்துமா (Asthma) முழங்கால் வலி (Joint Pain) உயர் ரத்த அழுத்தம் (High Blood Pressure) முதலிய நோய்களால் அவஸ்தைப்பட்டார்.

தினம் ஒரு வேளை சிவாம்பு சாப்பிட்டு, 7 நாள் பழையதாக்கி மேலில் பூசிக்குளிக்க, மேலே கண்ட நான்கு வியாதிகளும் சொல்லிக் கொள்ளாமல் போய்விட்டன.

திரு. கந்தசாமிக் கவுண்டர், வயது 59.
உடையாம்பாளையம்,
கோபிசெட்டிபாளையம் போஸ்டு,
கோவை ஜில்லா

முழங்காலிலும், குதிங்காலிலும் சதா வலி. கால்களை நீட்டி மடக்கவோ, உட்கார்ந்து எழுவதோ மிக்க சிரமம். தினம் மலம் கழிக்கப் போய்வருவது பிரசவமாகிற மாதிரி சிரமம்.

தினம் காலை ஒரு வேளை சிவாம்பு சாப்பிட்டதில் மூன்றே நாட்களில் எல்லா வலிகளும் போய் பூரண குணம் அடைந்து விட்டது.

உடல் பருமன், முழங்கால் வலி, வீக்கம்
(Obeisity, Knee pain & Swelling)

திரு. G. N. ராஜு, M. L. C.,
கோபிசெட்டிபாளையம்

கடந்த 5 ஆண்டுகளாக உடல் பருத்து, முழங்கால்களில் வீக்கம். கடுமையான வலி. இரவில் பல ஆண்டுகளாகத் தூக்கமென்பதே கிடையாது. உட்கார்ந்து எழுந்திருப்பதற்குள் மரண அவஸ்தை. சிறிது தூரம் கூட நடக்க முடியாது. 4, 5 மாடிப் படிகள் ஏறுவது மிக்க சிரமம். பல டாக்டர்களிடம் பல மருந்துகள் சாப்பிட்டும் துளிகூட குணமில்லை. முழங்கால் மடக்க முடியாது. மலபார் வைத்தியம் நவரக்கிழி, பிழிச்சல் முதலியவை செய்து கொண்டும் சிறிதும் குணமேற்படவில்லை.

சிறுநீரை தினம் 3 வேளை சாப்பிட ஆரம்பித்த முதல் நாளே இரவில் நல்ல தூக்கம். சில

தினங்களில் முழங்கால் வீக்கம் வடிந்து வலியிலிருந்து பூரண குணமும் உடல் இளைத்து நல்ல ஆரோக்கியமும் ஏற்பட்டுள்ளது.

ஆஸ்துமா — வெண்குஷ்டம்

திரு. பழனியப்பன், வயது 51,
காய்கறி வியாபாரம்,
முனிசிபல் மார்கெட், கோபி.

இரண்டு மூன்று ஆண்டுகளாக ஆஸ்துமா தொந்தரவுடன், வெண்குஷ்டம் உடம்பின் பல பாகங்களிலும், நெற்றியிலும் இருந்தது. கடந்த 45 நாட்களாக தினம் 3 வேளை சிவாம்பு சாப்பிட்டு 7 நாள் பழைய சிறுநீர் பூசித் தேய்த்துக் குளிக்க, ஆஸ்துமா பூரண குணம். நெற்றியிலும், உடம்பிலும் இருந்த வெண்குஷ்டப் புள்ளிகளில் பாதிக்குமேல் மறைந்தும் உள்ளன.

குடல் புண்

திரு. ரங்கசாமி என்கிற குள்ளப்ப ஆசாரி, வயது 50
காசிபாளையம் போஸ்டு, கோபி Tk. கோவை Dt.

கடந்த 4 ஆண்டுகளாக வயிற்றில் ரணம் ஏற்பட்டு சாப்பிட்டவுடன் வயிற்றில் வலி. அதனால் அரை வயிறு சாப்பாடுதான் சாப்பிடுவார். சில சமயம் கடுமையான வலி ஏற்பட்டு 3 அல்லது 4 மணி நேரம் துடிதுடிக்க வைத்துவிடும். ஆயிரக் கணக்கான ரூபாய்கள் செலவு செய்து பல டாக்டர்களிடம் வைத்தியம் செய்து கொண்டும் சிறிதும் குணம் ஏற்படவில்லை.

தினம் காலை, மாலை இருவேளை சிவாம்பு சாப்பிட ஆரம்பித்த நாளிலிருந்து வயிறு புடைக்கச் சாப்பிட்டாலும் வயிற்று வலி ஏற்படுவதில்லை.

நுரை ஈரல் க்ஷயம் (T. B. of Lungs)

திருமதி. ஆராயம்மாள், வயது 32,
W/o. K. K. சீனிவாசன், காசிபாளையம்,
கோபி தாலுகா, கோவை ஜில்லா.

க்ஷயம் அல்லது டி. பி. என்கிற வியாதியால் ரொம்பவும் அவஸ்தைப்பட்டு, 12 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு வெல்லூர் அமெரிக்கன் ஆஸ்பத்திரியில் ஆபரேஷன் செய்து சுவாசப் பையில் ஒரு பகுதியை எடுத்துவிட்டார்கள். இருந்தும் பூரண குணமில்லை. மருந்துகள் சாப்பிட்டுக் கொண்டும், ஊசிகள் தொடர்ந்து போட்டுக் கொண்டும் இருந்தார்கள். இருமல், கபம் இருந்து கொண்டேயிருந்தது. என்ன மருந்து சாப்பிட்டும் உடல் இளைத்து, ரொம்ப பலவீனமாகவே இருந்தது.

கொஞ்ச நாட்களாக காலை ஒரு முறை சிவாம்பு சாப்பிட்டு வந்த பின்பு பலவீனம் துளிகூட இல்லை. இருமல் வருவதில்லை. உடல் தேறி வருகிறது. ஆரோக்கியமாக இருக்கிறாள். வீட்டு வேலை எவ்வளவு செய்தாலும் களைப்பு இல்லை.

க்ஷயரோகம்

திரு. சின்னையன், வயது 45, பச்சமலை
பாலஜோதிடர், முருகண கவுண்டர் வீதி, கோபி,
கோவை ஜில்லா.

15 ஆண்டுகளாக க்ஷயரோகம். பெருந்துரை சேனிடோரியம் சென்று உடம்பை டெஸ்ட் செய்து

தொடர்ந்து மருந்துகள் சாப்பிட்டும், வாரம் இருமுறை இஞ்செக்ஷன் போட்டுக் கொண்டும், குணம் ஏற்படவில்லை.

தினம் 3 வேளை சிவாம்பு சாப்பிட்டு 7 நாள் பழைய சிவாம்பு பூசிக்குளித்து 30 நாட்களுக்குப் பின்பு எக்ஸ்–ரே எடுத்து டாக்டரிடம் காட்டியதில், டாக்டர் எக்ஸ்ரே படத்தையும், மற்ற பரீக்ஷைகளும் செய்து உனக்குப் பூரண குணமாகி விட்டது என்று சொல்லிவிட்டார். நான் ஒன்றுக்கு 150 லிருந்து 200 முறை இருமல் வரும். தற்சமயம் ஒரு இருமல்கூட வருவதில்லை.

ரத்தமின்மை, களைப்பு (Anaemia and Extreme Weakness)

திரு. T. A. பழனியப்பன், வயது 49,
கன்னிகாபரமேஸ்வரி எக்ஸ்டென்ஷன், கோபி.

உடலில் ரத்தக் குறைவு. மிகவும் இளைத்துத் துரும்பாக இருந்தார். சைக்கிளில் ½ மைல் போவது மிக்க சிரமம்.

தினம் ஒரு வேளை சிவாம்பு சாப்பிட்டு, நல்ல ஆரோக்கியம் ஏற்பட்டு, நான் பூராவும் வேலை செய்தாலும், பல இடங்களுக்கு சைக்கிளில் சென்றாலும், களைப்பு என்பதே தெரியாத அளவிற்கு சரீரத்தில் நல்ல பலம் ஏற்பட்டுள்ளது. இந்த 2 மாதங்களில் 10 பவுண்டு எடையும் ஏறியிருக்கிறது.

மயக்கம் — பேதி

திரு. P. M. குப்புசாமி, வயது 47
பஜனைக்கோயில் வீதி, கோபி.

அடிக்கடி மயக்கம் வந்துவிடும். வாரத்தில் இரண்டு அல்லது மூன்று முறை பேதியும் உண்டாகி அதிக களைப்பால் நாள் பூராவும் படுத்துக் கிடப்பார். பார்க்காத டாக்டர்கள் இல்லை. ஊசிகள் மட்டும் சுமார் 500க்கும் மேல் போட்டுக் கொண்டிருப்பார். கொஞ்சமும் குணம் ஏற்படவில்லை.

தினம் ஒரு வேளை சிவாம்பு சாப்பிட ஆரம்பித்தவுடன் மேற்சொன்ன தொந்தரவுகள் இதுவரை ஒரு நாள்கூட ஏற்படவில்லை.

சிறுநீரில் உப்பு (Albumin)

திரு. பச்சையம்மாள், வயது 50
W/o. G. P. ரங்கசாமி, காளியண்ணகவுண்டர் வீதி,
கோபி.

பல வருடங்களாக உப்புச் சேர்க்காமல் பத்தியச் சாப்பாடு. உடம்பு ரொம்பவும் பருத்து, எந்த சிறிய வீட்டு வேலை செய்தாலும் மிகவும் சோர்வு, அசரிக்கை ஏற்படும்.

சிவாம்பு தினமும் 3 வேளை சாப்பிட ஆரம்பித்த 15 நாட்களுக்குப்பின் சாப்பாட்டில் உப்புச் சேர்த்துக் கொள்கிறார்கள். உடம்பு இளைத்து, நல்ல பலம் ஏற்பட்டுள்ளது, நாள் பூராவும் வேலை செய்தாலும் களைப்பு ஏற்படுவதில்லை.

மஞ்சள் காமாலை (Yellow Jaundice)

திரு. சுப்பையன், வயது 18, அக்கரை தத்தப்பள்ளி
உத்தண்டியூர் போஸ்டு (வயா) சத்தியமங்கலம்.

காமாலை வியாதியால் சுமார் 4, 5 ஆண்டுகளாகக் கஷ்டப்பட்டார். எல்லாவிதமான வைத்தியங்களும் செய்து பார்த்தும் குணம் ஏற்படவில்லை. உடல், கண்கள், ரொம்ப மஞ்சளாகி, கை, கால் வலி, கண் எரிச்சல், பசியின்மை, சோர்வு.

தினம் 3, 4 வேளை சிவாம்பு சாப்பிட ஆரம்பித்து, 15 நாட்களுக்குள் பூரண சௌக்கியம் ஏற்பட்டு, திடகாத்திரத்துடன் எல்லா வேலைகளையும் அனாயாசமாகச் செய்து கொண்டு வருகிறார்.

ஊது காமாலை

திரு. ரங்கையன், வயது 40, அக்கரை தத்தப்பள்ளி
உத்தண்டியூர் போஸ்டு, (வயா) சத்தியமங்கலம்.

திடீரென்று முகம், கை, கால், உடல் எல்லாம் வீக்கம் ஏற்பட்டு ஊது காமாலை வியாதி வந்துவிட்டது. தினம் 3, 4 வேளை சிவாம்பு சாப்பிட ஆரம்பித்து சில நாட்களில் வியாதி பூரண குணமடைந்தது.

பாரிச வாய்வு அல்லது பக்ஷவாதம்
(Paralysis)

திரு. குட்டியண்ணை நாடார்
நெ. 5, பெரியண்ணை நாடார் வீதி,
பெரிய மொடக்கூர், கோபி

கடந்த ஒரு வருடமாக வலது கையும், இடது காலும் சுவாதீனமில்லாமல் போய்விட்டது. கவர்மெண்ட் ஆஸ்பத்திரியிலும், ஆரிய வைத்திய சாலையிலும் வைத்தியம் செய்துகொண்டும் ஒரு குணமும் தெரியவில்லை.

தினம் 3 வேளை சிவாம்பு சாப்பிட்டும், 7 நாள் பழையது செய்த சிவாம்புவைப் பூசிக்குளிக்கவும் செய்ததில் கை, கால் சுவாதீனம் ஏற்பட்டு மொடக்கூரிலிருந்து சுமார் 1½ மைல் தூரம் நடந்து கோபி வருகிறார். காலை, மாலை இருவேளையும் கோபி வந்து திரும்புகிறார்.

இரத்த மூலம்

இருபதாண்டு காலமாக இரத்த மூலம் என்னும் கொடிய வியாதி என்னை பிடித்துக் கொண்டிருந்தது. இதனால் நான் வைத்தியரிடம் ஆலோசனை கோரியபோது, டாக்டர், ஆபரேஷன் செய்து கொண்டால் குணமாகும் எனவும் நான் எடுத்துக்கொள்ளும் ஆகார வகைகளிலும் சில வற்றை ஒதுக்கிவிட வேண்டுமெனவும் வற்புறுத்தினர். எனக்கு ஆபரேஷன் செய்து கொள்ள போதிய அவகாசமில்லாமையால் இது வரை ஆபரேஷன் செய்து கொள்ளவில்லை. சர்வ ரோக நிவாரணி என்னும் புத்தகத்தை வாசித் தறிந்து அதன்படிக்கு தினந்தோறும் காலையில்

1 டம்ளர் சிறுநீர் சாப்பிட்டு வருகிறேன். இந்த சிகிச்சை ஆரம்பித்து 10 நாளில் பெரும் மாறுதல் ஏற்பட்டு இந்த 20 ஆண்டுகளாக எனக்கு தொந்தரவு அளித்து வந்த இரத்த மூலம் வியாதி பூர்ண குணமடைந்து எந்தவிதமான சிரமும் இல்லாமல் இருக்கிறேன். இதனால் மலச் சிக்கல், வாயு தொந்தரவுகளும் நீங்கி சுறு சுறுப்பாகவும், திடகாத்திரமாகவும் இருந்து வருகிறேன். ஆகார வகைகளிலும் எந்தவிதமான ஒதுக்கீடும் இல்லாமல் எனக்கு விருப்பமுள்ளவற்றை தேவையான அளவு புசித்து வருகிறேன். சிறுநீர் சாப்பிடுவதால் உடலுக்கு வேண்டிய ஆரோக்கியம் பெரிதும் பெற்று சௌகர்யமாய் இருக்கிறேன்.

'குருபக்தி ரத்தின'
Lion M. S. A. ஜெயராம், வயது 55,
ஜெயராம் டெக்ஸ்டைல்ஸ், இராசிபுரம்.

குஷ்டம் (Leprosy)

திரு. குருநாதன், வயது 74, நாவிதன்,
நாயக்கன்காடு, புதுப்பாளையம், கோபி,
கோவை ஜில்லா.

ஒரு வருஷம் 3 மாத காலமாக உடல் பூராவும் வட்ட வட்டமாக சிவப்புத் தடிப்பு. காலில் ஆறாத ரணம். இத்துடன் காலில் ஆணி ஒன்று ஏறியதன் காரணமாக புண் ஆறவில்லை.

சிவாம்பு தினம் 3 வேளை சாப்பிட்டும் மேலில் தேய்த்தும் வந்ததில் 25 தினங்களில் தடிப்புகள் மறைந்தன. காலில் புண் ஆறிவிட்டது. ஆனல்

பிஜம் ரொம்பவும் வீங்கிவிட்டது. துணியை பழைய சிறுநீரில் நனைத்துக்கட்ட, அதுவும் சுருங்கி, உடல் ஆரோக்கியமடைந்தது.

திரு. சுப்பையன், வயது 40,
பிச்சைக்காரன் - புதுப்பாளையம், கோபி.

குஷ்ட வியாதியால் முகம் வீங்கி, கைகளிலும், கால்களிலும் விரல்கள் முக்கால்வாசி ஜீரணமாகி குறைந்துவிட்டது. முழங்கை, உள்ளங்கைகளிலும், உள்ளங்கால்களிலும் ரணம். நடப்பது சிரமம். இவர் கோபி சேர்மன் நஞ்சப்பன் அவர்கள் வீட்டிற்கு நேர் எதிரிலுள்ள சிறிய சந்துக்குள் ஒரு சிறிய குடிசையில் வசிக்கிறார். பக்கத்து வீடுகளில் பிச்சை வாங்கி உண்டு வருகிறார். இரண்டு மாதமாக சிவாம்பு சாப்பிட்டும், மேனியில் தேய்ப்பதும் செய்ததில் ரணங்கள் எல்லாம் ஆறி குணமடைந்து, முக வீக்கம் குறைந்து முகத்தில் காந்தியுண்டாகியிருக்கிறது. முன்பு பிச்சை வாங்கிவர நடக்க முடியாமலிருந்தவர், இப்பொழுது பெரிய மண் பானையில் தனது தேவைக்கு வேண்டிய தண்ணீர் சுமந்து வருகிறார்.

மார்பில் புற்று (Breast Cancer)

கண்ணம்மாள் என்கிற குழந்தையம்மாள், வயது 47
வடக்கு வளவு, புதுப்பாளையம், கோபி.

1967-ம் வருடம் வலது மார்பில் புற்று நோய் உண்டாகி கோயமுத்தூர், பாப்பநாயக்கன் பாளையம், குப்புசாமி நாயுடு ஆஸ்பத்திரியில் மாதக்

கணக்கில் ரேடியம் கரண்டு கொடுத்து குணமடையாமல், வலது ஸ்தனத்தை ஆபரேஷன் செய்து எடுத்துவிட்டார்கள். கர்ப்பப்பையிலும் சந்தேகம் இருந்ததால், அதையும் எடுத்து விட்டார்கள். பின்னர் 6 மாத காலம் ஆஸ்பத்திரிக்கு வெளியில் இருந்து ரேடியம் கரண்ட் கொடுக்கப்பட்டது. பின்னர் 3 வருஷங்கள் தொந்தரவு இல்லை. பிறகு முழி, கணுக்களில் வீங்கி ரொம்பவும் பலஹீனம், அதிக உஷ்ணம், காய்ச்சல் உண்டாயிற்று. மறுபடி கோயம்புத்தூர் சென்று அதே ஆஸ்பத்திரியில் ஊசிகள் போட்டுக் கொண்டும், மாத்திரைகள் சாப்பிட்டும் கரண்ட் வைத்துக் கொண்டதில், பேதியாகத் தொடங்கியது. எழுந்து நடமாட முடியாமல் படுக்கையிலிருத்தி விட்டது.

இரண்டு மாத காலமாக காலை ஒரு வேளை மட்டும் ஒரு டம்ளர் சிவாம்பு அருந்தியதில் மேற்சொன்ன தொந்தரவுகள் நீங்கி, நடமாட ஆரம்பித்தேன். 3—8—73-ல் சுவாமிகள் கோபி வந்திருந்தபொழுது அவரைச் சந்தித்து அவர் சொல்படி தற்சமயம் 3 வேளை சிவாம்பு குடிப்பதும், 7 நாள் பழையது செய்த சிறுநீரினால் உடல் மாலீஷ் செய்து கொள்ளுகிறேன். உடல் தேறி, புதிய தெம்பு ஏற்பட்டிருக்கிறது.

திரு. முத்துசாமி, பியூன், விவசாய இலாகா, கோபி.
(அடியாரின் மனைவிக்கு வயிற்றில் புற்றுநோய்.
வயது 45)

வயிற்றில் புற்று. கோபி கவர்மெண்ட் ஆஸ்பத்திரியில் சிகிச்சை அளிக்கப்பட்டது. கொஞ்சமும் குணமாகாமல், கோயமுத்தூர் பாப்பநாயக்கன்பாளையம் குப்புசாமி நாயுடு

ஆஸ்பத்திரியில் 42 முறை ரேடியம் கரண்ட் அளிக்கப்பட்டது. கூலிவேலைக்குப் போகமுடியாமல் படுக்கையில் படுத்ததில்லை.

சிவாம்பு குடித்தும், தேய்த்தும் சென்ற ஒரு மாதமாக செய்ததில் வீட்டு வேலைகள் செய்வதல்லாமல், வயலுக்குச் சென்று நாள் பூராவும் கூலி வேலை சளைக்காமல் செய்து வருகிறாள்.

குமாரி இலா, வயது 15, C/o ஜீவாபாய் பர்மார், ஆம்புலன்ஸ் டிரைவர், சௌராஷ்ட்ரா சென்ட்ரல் ஹாஸ்பிடல், வீர்நகர் (ராஜ்கோட்-குஜராத்).

ஸ்ரீ ஸ்வாமிஜி, என்னுடைய மகள் இலாவிற்கு சென்ற 15 வருடங்களாக உடல் பூராவும் கட்டிகள் உண்டாகி, பிறகு உடைந்து இரணமாகி எந்த விதமான சிகிச்சை செய்தும் குணமடையவில்லை. வீர்நகர் ஆஸ்பத்திரியில் பல வருடங்கள் சிகிச்சை அளித்தும் கொஞ்சம் குணமேற்படுவதும், பிறகு மறுபடியும் வருவதுமாகவே இருந்தது. ஒரு மாதம் ஆமதாபாத் பெரிய ஜெனரல் ஆஸ்பத்திரியில் தாக்கல் செய்து டாக்டர் சரும நிபுணரிடம் (Skin Specialist) சிகிச்சை பெற்று கொஞ்சம் குணமடைந்ததால், வீர்நகர் கூட்டிக் கொண்டு வந்தேன். சில தினங்களில் முன்மாதிரியே கட்டிகள் உடல் பூராவும் கிளம்பின. என் மகளைப் பள்ளிப் படிப்பிலிருந்து நிறுத்த வேண்டிய நிலை ஏற்பட்டது.

தாங்கள் செப்டம்பர் 1974 என் வீட்டிற்கு வந்து எனது மகளின் நிலைமையை நேரில் கண்டு, சிறுநீர் வைத்தியம் செய்யும்படி சொன்னீர்கள்.

சிறுநீர் குடித்தும், மண் பாத்திரத்தில் காய்ச்சி உடலில் தேய்த்தும் வந்ததில், எனது மகள் ஜெனித்ததிலிருந்து இந்த 15 வருடமாக அனுபவித்து வந்த கஷ்டங்களும், நோயும் ஒரே மாதத்தில் குணமடைந்து, உடலும் தேறி வருகிறது. பள்ளிக்கூடம் சென்று வருகிறாள்.

(Sd.) ஜீவாபாய் பர்மார். 27—2—1978

குடல் புண் (Peptic Ulcer)

ராவ்ஜீ ஜேசங், வயது 42,
Waterman, Railway Station, Kim, W-Rly.
(Gujarat). கீம், 13—2—1975

கீழே கையொப்பமிட்டிருக்கும் நான், ராவஜி பாய், ஜெயசங்பாய் வசாவா, பஸ்சிம் ரயில்வே கிம் ஸ்டேஷனில் தண்ணீர் கொடுக்கும் வேலையில் இருந்து வருகிறேன். சென்ற 7 வருடங்களாக எனது குடலில் புண் உண்டாகி அநேக கஷ்டங்கள் அனுபவித்தேன். இந்த நோயின் பொருட்டு எங்கள் ரயில்வே ஆஸ்பத்திரியிலும், ஜெனரல் ஆஸ்பத்திரியிலும் தாக்கலாகி சிகிச்சை செய்து கொண்டும் யாதொரு பயனும் ஏற்படவில்லை. பிறகு பிரைவேட் டாக்டர்களிடம் இங்கிலீஷ் வைத்தியம், ஆயுர்வேதம், ஹோமியோபதி செய்து கொண்டதில் ரூ. 3,000-க்கு மேல் செலவழித்தும் வலி அதிகமாகி, ஆகாரம் உட்கொள்ள முடியவில்லை. நான் ஒரு ஏழை. என் சக்திக்கு மீறி கடன் வாங்கி வைத்தியத்திற்கு செலவு செய்து கொஞ்சமேனும் குணமடையவில்லை. கடைசியாக ஆத்மஹத்தி செய்து கொள்வதென்று தீர்மானித்து விட்டேன்.

இது சமயம் தெய்வ வசமாக சிவானந்த ஆசிரமம், ரிஷிகேசத்திலிருந்து பரமபூஜ்ய ஸ்ரீ பூமானந்தாஜி மஹராஜ், ஸ்ரீ ஹரீஷ்பாய் வியாஸ், அசிஸ்டெண்ட் ஸ்டேஷன் மாஸ்டரை சந்திக்க இங்கு வந்திருந்தார். எனது நிலைமை அவர் மூலம் கேள்விப்பட்டு, எனக்கு ஆள் அனுப்பினார். நான் சம்பளமில்லாத லீவில் வீட்டிலேயே படுத்திருந்தேன். எழுந்து நடக்கவும் சக்தியற்றிருந்தேன். மெள்ளத் தள்ளாடிக்கொண்டு அவரைச் சென்று சந்தித்தேன். மருந்து சாப்பிடுவதை உடனே நிறுத்தச் சொல்லி, சிவாம்பு சாப்பிடும்படி சொன்னார். அதன்படி செய்ததில் 15 நாட்களிலேயே நல்ல குணம் கண்டது. வயிற்றுவலி நின்றது. நல்ல பசி உண்டாகி ஆகாரம் எடுத்துக்கொள்ள ஆரம்பித்தேன். நல்ல ஜீரண சக்தியும் ஏற்பட்டது. உடம்பு ஒரு மாதத்திற்குள் தேறிவர ஆரம்பித்தது. இப்பொழுது வேலையில் சேர்ந்து களைப்பில்லாமல் வேலை பார்த்து வருகிறேன். இந்த பைசா செலவில்லாத வைத்தியம் 6 வருடங்களுக்குமுன் தெரிந்திருந்தால் இந்த ஏழையின் ரூ. 3000, டாக்டர்களுக்கும், மருந்துக்கும் போயிருக்காது. சுவாமிகள் நீடுழி வாழ கடவுளைப் பிரார்த்திக்கிறேன். இந்த சிகிச்சை என்னைப்போல் கஷ்டப்படும் பல ஏழைகளுக்குச் சொல்லி குணமடைந்து விட்டார்கள். இந்த அமிர்தம் ஒவ்வொருவரிடமும் இருந்தும், அதன் மகிமை தெரியாமல் டாக்டரிடம் ஓடுகிறோம். ஆயிரக்கணக்கில் மருந்துகள் சாப்பிட்டும் குணமடையவில்லை. ஆகையால்தான் குருவில்லாமல் எந்த வித்தையும் பலிக்காது என்கிறார்கள். எனக்கு சிவாம்பு சிகிச்சை அருளிய குருநாதர் ஸ்ரீ சுவாமி பூமானந்தரை என்றும் மறக்க முடியாது.

(Sd.) ராவஜீ ஜேசங்.

சர்வரோக நிவாரணியின் மகிமை

From
Dr. P. KRISHNAMURTHY,
A. R. S. H. (Lond)
Regd. Medical Practitioner,
44 B/2, Vellala St., Purasawalkkam,
MADRAS-84.

To
Sri Swamy BHUMANANDA
SIVANANDA ASHRAMAM
RASIPURAM, Salem Dt.

Respected Swamiji,

My prostrations unto your feet. I have studied your book "SARVA ROGA NIVAARANI", (Tamil) many a time and I am glad that you have revealed the secrets of life known to Siddhas to all the Tamil knowing people of the country. It is really a boon for the poor and downtrodden people of our country.

Yours sincerely,
17—9—75 P. KRISHNAMURTHY

ஸ்ரீ K. ஆறுமுக முதலியார் ஸன்ஸ்,
புகையிலை வியாபாரம்,
90, J-1, பல்லடம் ரோடு, திருப்பூர்-638 604.

எனக்கு 20 வருஷமாக சர்க்கரை வியாதியும், 12 வருஷமாக ரத்தக்கொதிப்பும், 8 வருஷமாக நெஞ்சுவலியும், 10 வருஷமாக பாதம் அடித்தோல் எரிச்சலும், 8 வருஷமாக வாய்வும், 3 வருஷமாக மூல வியாதியும், தூக்கம் கெட்டால் கண் சிவக்கும். நான் 20 வருஷமாக வியாதியால் பட்ட கஷ்டம் ஒன்று இரண்டு அல்ல. அத்தனை வியாதியும் குணம் ஆகிவிட்டது. தினமும் 3 முறை சிவாம்பு சாப்பிட்டேன். பூரண குணம்.

10—11—1977 (Sd.) K. ஆறுமுக முதலியார்.

ஸ்ரீ ஜான் புஷ்பநாதன்,
No. 17, வீராசாமி தெரு,
அயனாவரம் (P. O.) சென்னை-23.

சிறுநீரை கையில் பிடித்து அதிகாலையில் வருவதை சாப்பிட்டு வந்தேன். மூன்று மாத காலம் எனது வலது காலில் காரிக்க படை போலிருந்தது, நமைச்சலும் இருந்தது. இப்போது அது மறைந்து இருந்த இடம் தெரியாமல் போய் விட்டது. எனக்கு கடந்த 2 வருடமாக வயிற்றில் வாய்வு தொந்தரவு ஏற்பட்டு சரிவர சாப்பிடுவதில்லை. இந்த சிறுநீர் சாப்பிட்ட பிறகு சுபம்.

29—5—78 (Sd.) ஜான் புஷ்பநாதன்.

Sri. S. J. Sivam, வயது 73,
Thavasi Koil, Thudialur (P. O.) 641 034,

சுவாமிஜி அவர்களுக்கு வணக்கம் பல. நான் "சர்வரோக நிவாரணி புத்தகத்தைப் பார்த்து தினம் அதிகாலையில் 4 அல்லது 5 கை சிறுநீர் குடித்து வருகிறேன். முன் இருந்ததை விட மிகத் தெம்புடன் இருக்கிறேன்". மேலும் மூக்கு வழியாக சுமார் ½ அவுன்ஸ் சிறுநீரும் குடித்து வந்தேன். 2 தினங்களிலேயே மூக்கிலிருந்த துர்நாற்றம் அறவே நின்றுவிட்டது.

7—8—78 (Sd.) S. J. சிவம்.

Swami Buaji, Indo-American Yoga Vedanta Society, U. S. A. New York, has written a letter to Sri Swami Bhumananda — 22—9—78

His Holiness Sri Swami Sivalingam of Prana Yoga Ashramam, Sanfrancisco, California has the kindness to present me with a copy of the Book in Tamil "Sarva Roga Nivarani". I enjoy reading the wonderful book, Thy noble self has brought out. Really it is a priceless gem you have given to mankind and more particularly to Tamil Nadu. Thy noble self had already attained immortality by unearthing a Treasurer Troue and catering it to the suffering humanity. By personally benefitting its application and having judicially administering to the suffering people. Thy noble self had proved beyond doubt the wonderful efficacy of this "NECTAR DIVINE".

Words fail to express my jubilation and I have no vocabulory at my finger tips to extol my admiestration.

Recently in last June, when our Honourable Prime Minister Sri Morarji Desai visited this country and during his interview on Television he mentioned that he has been practicing "Urine Therapy" for the past twenty years and advised the American people to practice this healthy living, do drink to avoid disease and save medical bills.

I am quite convinced on reading your Tamil book "Sarvaroga Nivarani" and the wonderful cures effected on various patients in Tamil Nadu. Your book is a boon to suffering humanity.

(Sd.) Swami Buaji.

A. விட்டல்நாதன், பார்ட்னர்,
ஹோட்டல் ஸ்ரீ சக்தி, 11/148, சாஸ்திரி ரோடு,
(சென்ட்ரல் பஸ் நிலையம் எதிரில், கோயமுத்தூர்-9)

கடந்த 10 ஆண்டுகளாக நான் தலைவலியாலும், முழங்கால் வலியாலும் அவதிப்பட்டு வந்தேன். இருமுறை கரண்ட் சிகிச்சை செய்து தற்காலிகமாக 1 மாதம் தொந்தரவு இல்லாமல் இருந்தது. பின்னர் மீண்டும் அதே தொல்லை. கடந்த 3 மாதங்களுக்கு முன்னர் கோவை காந்திபுரம் ஸ்ரீ ஹரி ஜுவல்லரியில் பேசிக் கொண்டிருந்தபோது என் நண்பர் திரு. பார்த்தசாரதி சிவாம்பு சிகிச்சைப் பற்றி விவரம் கூறி ஆசிரம வெளியீடான சர்வரோக நிவாரணி புஸ்தகம் கொடுத்தார். 10-11-78-ம் தேதி முதல் உபயோகித்து வருகிறேன். இன்று வரை எந்தவித தொல்லையும் இல்லாமல் மிக்க சுறுசுறுப்புடனும் இருக்கிறேன். பின்வர் இந்த செய்தியை கோவை மாலை முரசில் 27-12-78 தேதியன்று 250 ரூபாய் செலவில் விளம்பரம் வெளியிட்டேன். என் உறவினர்கள், நண்பர்கள் 100 பேருக்குமேல் சிவாம்பு உபயோகிக்கும்படிச் செய்துள்ளேன்.

இப்படிக்கு,
8-2-79 A. விட்டல்நாதன்.

செலவில்லாத அதிசய சிகிச்சை முறை !

''ஆட்டோ யூரின் தெரபி'' இந்த வார்த்தையைக் கேட்டவுடன் எல்லோருக்கும் சிலிர்க்கும். ஆனால் உபயோகித்தவர்களின் அனுபவம் கேட்டாலே ஆச்சரியப்படுவோம். இன்று வைத்தியத் துறையில் கட்டுப்படாத வியாதிகள்

முக்கியமாய் உள்ளவை: புற்று நோய், குஷ்டம், ஆஸ்துமா, சர்க்கரை வியாதி, உப்பு வியாதி, இரத்த அழுத்தம் முதலியவை. இந்த கொடிய வியாதிகளை 15 நாட்களிலிருந்து 3 மாதத்திற்குள் பூரண குணப்படுத்தி விடலாம். முன்னாள் பாரதப் பிரதமர் மொரார்ஜி தேசாய் தமது 84 வயதில் இளமை குன்றாதவராய் இருக்கிறார் என்றால் காரணம் என்ன? அவர் தினமும் ''ஆட்டோ யூரின் தெரபி'' உபயோகிப்பதால்தான்.

இந்தக் கட்டுரை எழுதும் எனக்கு 10 வருடங்களாக சினிமா பார்ப்பதாலோ, ஜலதோஷம் பிடித்தாலோ கடுமையான தலைவலி ஏற்படும். இதற்கு கரண்ட் சிகிச்சை செய்து கொண்டேன். தற்காலிகமாக 3 மாதம் மட்டுமே குணமானது. பின்னர் தலைவலி தொடர்ந்துவர ஆரம்பித்தது. 2 மாதம் முன்பு மாலை முரசில் ஹரியானா முதல்வர் தேவிலால் வெளியிட்டுள்ள அறிக்கையைப் படித்தேன். காலில் ஏற்பட்ட விஷக்கடிக்கு பிரதமர் தேசாய் கூறிய சிறுநீர் சிகிச்சை மேற்கொண்டதால் 7 நாட்களில் குணம் அடைந்ததாகக் கூறி உள்ளார். இதைப் படித்த மறுநாளே நான் உபயோகிக்க ஆரம்பித்தேன். இன்று வரை தலைவலி தலை காட்டவில்லை. இது மட்டுமல்லாமல் என் உறவினர்களுக்கும் கூற சுமார் 50 பேர்கள் இந்த 2 மாதத்தில் குணமடைந்திருக்கிறார்கள். குணமடைந்தவர்களின் வியாதிகள், மூட்டுக்கால்களில் நீர் சேர்வதால் நடக்க முடியாமை, தீராத தலைவலி, சர்க்கரை வியாதி, காது மந்தம், உடல் நரம்பு குறையால் ஏற்படும் முதுகுவலி மற்றும் ஒற்றைத் தலைவலி, கண் பார்வை குறைவு, இது மட்டும் அல்ல, தினசரி பாக்கட் பாக்கட்டாக சிகரெட் குடிப்பவர்களும் தினசரி 20 காபி குறையாமல் சாப்பிட்டவர்கள் தினசரி

2 சிகரெட், 3 முறை காபி என்ற பழக்கத்திற்கு வந்துள்ளார்கள். இந்த கட்டுரையை நான் எழுதும் நோக்கம் வியாதியால் அவஸ்தைப்படும் ஏழை மக்கள் பைசா செலவில்லாமல் வியாதியைக் குணப்படுத்தலாம். ஆயுள் முழுவதும் ஆரோக்கிய மாய் இருக்கவும் இந்த சிகிச்சை உதவுகிறது என்ற நோக்கமே.

சிகிச்சை விவரங்கள் யாவும் 'சர்வரோக நிவாரணி' என்ற புத்தகத்தில் வெளியிடப் பட்டுள்ளது. மேற்படி புத்தகம் வெளியிடுவோர் 'தெய்வீக வாழ்க்கைச் சங்கம், சிவானந்தா ஆஸ்ரமம், இராசிபுரம், சேலம் மாவட்டம்'. புத்தகம் வேண்டுவோர் மேற்கண்ட விலாசத்திற்கு ரூ. 5-00 ஐந்து ரூபாய் மணியாடர் செய்தால் புத்தகம் வீடுதேடி வரும். கோவையில் கிடைக்கும் இடம்: திரு. மோகன்ராஜ், 360-ஏ, பெரிய கடைவீதி, என்ற விலாசத்திலும், கோவை மத்திய பேருந்து நிலையம் (சென்ட்ரல் பஸ் ஸ்டேண்டு) எதிரில் உள்ள ஹோட்டல் ஸ்ரீ சக்தியிலும் கிடைக்கும். புத்தகத்தில் விலை ரூ. 5—00.

P. N. K. Jayaram,
Sales Representative, Coimbatore.

கடந்த 3 ஆண்டு காலமாக என்னை நிம்மதி இல்லாமல் தவிக்கச் செய்த நெஞ்சு வலியும் ஒற்றைத் தலைவலியும் 3 வார காலம் நான் சிவாம்பு அருந்தியதால் குணமாகி இன்று என்னை திட ஆரோக்கியத்துடன் இருக்க உதவியுள்ளது.

27—12—78 அன்று மாலை முரசில் கோவை ஹோட்டல் அதிபர் திரு. A. விட்டல்நாதன் அவர்கள் வெளியிட்டுள்ள அறிக்கையைப் படித்து

நான் சிவாம்பு சாப்பிட ஆரம்பித்தேன். இன்றளவும் என்னை எந்தவித வியாதியும் எட்டிப் பார்க்கவில்லை. மற்றும் நான் வேலை விஷயமாக அடிக்கடி வெளியூர் செல்கிறேன். ஆனால் எனக்கு சிறிதும் பயணக் களைப்போ, சலிப்போ ஏற்படுவது இல்லை. சுறுசுறுப்புடன் என் பணியை பார்த்து வருகிறேன். ''சர்வரோக நிவாரணி'' புத்தக வெளியீட்டார்களுக்கு எனது உளங்கனிந்த நன்றியைத் தெரிவித்துக்கொள்கிறேன்.

இங்ஙனம்,
8—2—79 P. N. K. Jayaram.

G. Raman கோவை
10-2-79

எனக்கு கடந்த 8 ஆண்டு காலமாக தீராத தலைவலி. எல்லாவிதமான மாத்திரைகளும், மருந்தும், உபயோகித்தும் குணம் ஆகவில்லை.

நான் 27-12-78 அன்று மாலை முரசில் வெளி வந்த கட்டுரையில் உயர்திரு. A. விட்டல்நாதன் அவர்கள் 'ஹோட்டல் ஸ்ரீ சக்தியின் பார்ட்னர்' கூறியிருந்ததை அறிந்து அவரிடம் நேரில் சென்று விபரம் அறிந்து வந்தேன்.

அந்த முறைப்படி தினமும் சிவாம்பு உபயோகித்து வருகிறேன். இன்று வரை எனக்கு எந்தவிதமான வியாதியும், தலைவலியும் வரவில்லை.

இங்ஙனம்,
G. ராமன்.

''ஓம் நமோ பகவதே சிவானந்தாயா''

T. B. அல்லது க்ஷயம்

டி. பி. வியாதியால் எனது மனைவி (வயது 27) கடந்த 7 ஆண்டுகளாக அவஸ்தைப்பட்டுக் கொண்டு இருந்தாள். இங்கிலீஷ் முறைப்படி முறையான வைத்தியங்கள் செய்தும் குணமடையவில்லை. எலும்பு மூட்டுகள் சேருமிடங்களில் கட்டிகள் தோன்ற ஆரம்பித்துவிட்டன. வேலூர் கிருஸ்த்துவ மருத்துவக் கல்லூரி ஆஸ்பத்திரியில் காண்பித்து கட்டியை ஆபரேஷன்மூலம் அகற்றி நோய்க்கு மருந்து கொடுக்கப்பட்டது. அதிலும் பூர்ண நலம் ஏற்படவில்லை. வைத்தியங்கள் சங்கிலித் தொடர்போல நீண்டு கொண்டு வந்தனவேயன்றி வியாதிக்கு ஒரு முடிவும் ஏற்படவில்லை. மிகவும் விரக்தியடைந்த நான் திரு. சந்திரசேகரன்ஜி அவர்கள் ஆலோசனையின்பேரில் ஆங்கில மருத்துவ முறைகளை கைவிட்டு, வேலூரில் இருந்து திரும்பிய உடன் சிவாம்பு சிகிச்சையை ஆரம்பித்துவிட்டேன். அதன்படி ஆரம்பத்தில் 3 வேளை குடிப்பதும் 1 வேளை மாலிஷ் செய்து குளிப்பதும் செய்து வந்தேன். சுமார் 10 தினங்களுக்குள்ளாகவே நல்ல ஒரு திருப்தியான முன்னேற்றம் தெரிந்தது. கடந்த 7 வருட காலமாக வாரம் 2 முறை வந்த காய்ச்சல் பறந்தோடி விட்டது. இப்போது 3 மாதம் ஆகிறது. இன்னும் ஒருமுறைகூட காய்ச்சல் வந்தது இல்லை. சாப்பிட ஆரம்பித்த பின் 30 நாளில் எடை 10 பவுண்டு கூடியது. கருத்திருந்த தேகம் நல்ல முறையில் திருந்தியது. மற்றும் முன்பு இருந்த தொந்தரவுகள் உடல் அசதி, அடிக்கடி தலைவலி, உடல்வலி, நெஞ்சுவலி, கண் குத்தல், உடல் இளைப்பு, நன்றாக சாப்பிட்டாலும் உடனே பசியெடுத்தல், தற்போது

மேற்கொண்ட குறைகள் யாவும் நீங்கி நல்ல முறையில் உள்ளது. சிவாம்பு நாம் தினமும் சாப்பிடுவதன் மூலம் பெறும் லாபத்தில் 1/100 பங்குகூட இங்கு எழுதப்படவில்லை. இவை யாவும் ஒருவர் அனுபவ பூர்வமாக உணர வேண்டியது.

வேலூரில் கட்டியை எடுத்த இடத்தில் ஓர் தையல் 6'' நீளத்திற்கு போட்டிருந்தார்கள். சுமார் 20 நாள் ஆகியும் 5'' நீளத்திற்கு தையல் கூடிவிட்டதேயொழிய 1'' நீளத்திற்கு தையல் கூடாமல் உள்ளிருந்து சீழ் வந்துகொண்டே இருந்தது. அதற்காக மருந்து சாப்பிட்டும் கட்டுப் போட்டும் குணமடையவில்லை. சிவாம்பு சாப்பிட ஆரம்பித்த உடன் சுமார் 4 நாளில் பரிபூரணமாக தையல் காய்ந்து சீழ் நின்றுவிட்டது.

பல ஆயிரம் ரூபாய் செலவு செய்து ஒரு பலனும் ஏற்படாத நிலையில் ஒரு பைசா செலவின்றி முழுமையான வைத்திய சிகிச்சை முறை நமது கைவசமே உள்ளது. நாம் செய்த கர்ம வினையின் காரணமாகவே அறியாமையில் மூழ்கி அவஸ்தைப் படுகிறோம். சுவாமி பூமானந்தா அவர்கட்கும் திரு. சந்திரசேகரன்ஜி அவர்கட்கும் நான் மிகவும் நன்றி சொல்லக் கடமைப் பட்டுள்ளேன்.

எமது ஊரிலேயே சுமார் 40 வயதுடைய ஸ்திரீ ஒருவருக்கு TB முற்றிப்போய் மணி குறிக்கும் அளவிற்கு வந்துவிட்டார்கள். எல்லா சிகிச்சை முறைகளையும் கைவிட்ட நிலையில் நான் மேற்படி தகவல் அறிந்து அந்த ஸ்திரியினுடைய கணவரை சந்தித்து சிவாம்பு சிகிச்சை முறையை அவருக்கு சுருக்கமாக விளக்கி 'சர்வரோக நிவாரணி' புத்தகம் ஒன்று கொடுத்துவிட்டு வந்தேன். அந்த

ஸ்திரி உடனே சிவாம்புவை கடைப்பிடித்து இன்று யாவரும் ஆச்சரியப்படத்தக்க வகையில் குடும்பப் பொறுப்புக்களை கவனித்து வருகிறார்.

பின் குறிப்பு:— சிவாம்பு சிகிச்சையில் முழு நம்பிக்கை வைத்து குருதேவருடைய பரிபூரண நினைவுடன் யார் ஒழுங்காக விடாமல் கடைப்பிடிக்கிறார்களோ அவர்களுக்கு வெற்றி நிச்சயம்.

14—4—79 சிவானந்த அன்பர்
இராசிபுரம்.

கால் ஆணிக்கு சிறந்த மருந்து சிவாம்பு

சந்நியாசி ஒருவரும் பக்கத்தில் நபர் ஒருவரும் ஓர் ஊருக்கு பிரயாணம் செய்துகொண்டிருந்தார்கள். அப்பொழுது அந்த அன்பர் காலில் ஆணி உள்ளதைப் பற்றி சந்நியாசியிடம் சொன்னார். அந்த கால் ஆணிக்கு அறுவை சிகிச்சை செய்தும் பலனில்லை. அந்த ஆணி அறுவை சிகிச்சை செய்தும் மீண்டும் வளரத் தொடங்கியது. பலவிதமான ஆங்கில வைத்திய முறைகளை பின்பற்றியும் பலனில்லாமல் போய்விட்டது. முடிவில் பஸ்ஸில் தன்னுடன் பிரயாணம் செய்த சாது சிவாம்புவை (சிறுநீரை) அதன்மீது விட்டு தேய்க்கும்படி சொன்னார். அதற்கு பக்கத்தில் உள்ள அன்பர், சாது சொன்னதைப் பார்த்து ஏளனம் செய்தார். ஆனால் கால் ஆணியினால் அவஸ்தைப்படும் அன்பர் தினமும் 4 அல்லது 5 முறைகள் சிவாம்புவை அதன்மீது விட்டு தேய்ப்பார். அப்படி 3 மாத காலமாக தேய்த்த பிறகு காலில் உள்ள ஆணி தானாகவே சுமார் ½ அங்குலம்

வெளியே வந்துவிட்டது. மீண்டும் அந்த இடத்தில் ஆணி தோன்றவில்லை. இதை என் கடைக்கு வியாபாரம் செய்ய வந்த அன்பர் நேரில் சொன்னார்.

இப்படிக்கு,
இராசிபுரம் P. ஐயாசாமி, B. Sc.,
19—4—79 Prop: ஜுபிடர் ஷூ மார்ட்,
82, பெரிய கடை வீதி,
இராசிபுரம் - 637 408.

M. S. DHANUKODI PILLAI, B. A., B. L.,
(Retired Judge) MYLADY (P. O.)
Kanyakumari Dt.
629 403.

To

Divine Life Society.
RASIPURAM, Salem Dt.

Holy Sirs,

Judges are usually severe Diabetics with high Blood Pressure. I was no exception. I retired at 55 years in March 1960, and was a severe Diabetic with High B. P. and Hyper Acidity from 1956.

I got down "Water of Life" Auto Urine Cure and Tamil Sarvaroganivarani and strictly followed every direction therein. I am happy to say that within one year I was absolutely free from the same and every other disease. More than one hundred of my friends, including about 20 Judges are absolutely free now after following AUT.

With namaskarams, yours for ever.

M. S. Dhanukodi Pillai,
9-6-1988.

A. அய்யம்பெருமாள், 27-2-89
13, வெள்ளைய பிள்ளை தெரு,
விருதுநகர் — 626001.

அன்புள்ள ஸ்வாமிஜி அவர்களுக்கு!
வணக்கம்.

நான் சுமார் 1½ ஆண்டுகளாக சிவாம்பு உபயோகித்து வருகின்றேன் குடல்புண் வியாதியும், இரத்த அழுத்த நோயும் பூர்ணமாக குணமாகிவிட்டது. கண்ணில் கேட்ராக்ட் நோய் குறைந்து வருகிறது.

இப்பொழுது என் வயது 72. நல்ல தேக சுகத்துடன், சுறு சுறுப்பாக 4 மணிக்கு எழுந்து பிராணயாபாம் முடித்து வேகமாக களைப்பின்றி உலாவி வர முடிகிறது. ஸ்ரீ சுவாமி பூமானந்தா அவர்களுக்கு மனப்பூர்வமான நன்றி உரித்தாகுக.

27-2-89 A. அய்யம்பெருமாள்.

இராஜ ரிஷி சுவாமி பூமானந்தா அவர்களின் அறிவுரை கலந்த தெய்வீகம் கலந்த 'சர்வ ரோக நிவாரணி' என்னும் நூலை படிக்கும் வாய்ப்பினை அடியேன் பெற்றேன்.

சொல், பொருள் யாவும் என் நெஞ்சை தொட்டது. இப்படி ஒரு நூல் என் வாழ்நாளில் கிடைத்த ஒரு தங்கப் புதையல்.

இங்ஙனம்
9.3.92
திரு. க.முனிராமு,
தலைவர்,
தமிழர் சமய பெருமன்றம்,
கழிஞ்சூர் - (PO),
வேலூர் - 632 006.

ஓம்

25-8-2002

பிரம்மச்சாரி
விஜய் நாராயண், வயது 73,
கவிச்சி கொம்பு,
பன்னத்து கால்வாய் அஞ்சல்,
பெரும்பாறை (வழி) கொடைக்கானல்.

தங்களின் வெளியீடான "சர்வரோக நிவாரணி" என்ற புத்தகம் எனது குரு ஆசார்ய விநோபா பாவேஜி அவர்களின் திருக்கரங்களால் பெறப்பட்டு இதுகாறும் நான் சுயசிறுநீர் மருத்துவம் செய்துவருகிறேன்.

மற்றும் செய்விக்கிறேன். அமரர் பிரபுதாஸ்ஜி பட்டுவாரி அவர்கள் தமிழ்நாடு ஆளுநர் ஆக இருக்கும்போது ராஜ்பவனில் தங்கி இந்த மருத்துவத்தை பிரசாரம் செய்து வந்தேன். இன்றும் அதே பிரச்சாரம் செய்து பொதுமக்கட்கு சிறுநீர் மருத்துவம் பற்றி சொல்லி குறிப்பாக சர்க்கரை வியாதி, புற்றுநோய் முதலிய நோய்களை தீர்த்து வருகிறேன். என்னிடம் மருத்துவம் செய்து சுகம் பெற்றவர்கள் அநேகர், அநேகர். ஆதலால் இது விபரம் தங்கட்கு சாக்ஷியாக அறிவிக்கிறேன்.

வளர்க சுயசிறுநீர் மருத்துவம்.

அருள் அன்பன்,
25-8-2002 விஜய் நாராயண்.

ஸ்ரீ சுவாமி சிவானந்தரின் போதனைகள்

நான்கு மணிக்கு எழுந்திருங்கள். ஜபம், தியானம் செய்யுங்கள்.

சாத்வீக ஆகாரத்தை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். வயிறு நிறைய உணவு எடுத்துக் கொள்ளாதீர்கள்.

பத்மாசனம் அல்லது சித்தாசனத்தில் அமர்ந்து ஜபம் தியானம் செய்யுங்கள்

உங்கள் வருவாயில் பத்தில் ஒரு பங்கினை அல்லது ரூபாய்க்கு பத்து பைசாக்களை தர்மம் செய்யுங்கள்.

தினசரி பகவத் கீதையில் ஒரு அத்தியாயம் படியுங்கள்.

வீர்ய சக்தியைக் காப்பாற்றுங்கள். தனியாகப் படுத்துத் தூங்குங்கள்.

புகை பிடிக்கும், போதை தரும் பானம், உயர்தர உணவு இவைகளை விட்டு விடுங்கள்.

ஏகாதசி தினம் உபவாசம் இருங்கள் அல்லது பால் பழங்களை மட்டும் எடுத்துக்கொள்ளுங்கள்.

தினசரி 2 மணி நேரம் மௌனத்தையும், சாப்பிடும் பொழுது மௌனத்தையும் கடைப்பிடியுங்கள்.

எந்நிலையிலும் உண்மையே பேசுங்கள். கொஞ்சமாக இனிமையாகப் பேசுங்கள்.

தேவைகளைக் குறைத்துக் கொள்ளுங்கள். திருப்தியாக சந்தோஷமாக வாழ்க்கையை நடத்துங்கள்.

மற்றவர்களுடைய உணர்ச்சிகளைப் புண்படுத்தாதீர்கள். எல்லோரிடமும் அன்பாக இருங்கள்.

நீங்கள் செய்த தவறுகளை நீங்களே சிந்தித்துப் பாருங்கள்.

வேலைக்காரர்களையே நம்பி இருக்காதீர்கள். சுய தேவையை நீங்களே பூர்த்தி செய்து கொள்ளுங்கள்.

படுக்கையை விட்டு எழுந்தவுடனும் படுக்கைக்குச் செல்லும் முன்னும் கடவுளைத் தியானியுங்கள்.

உங்கள் கழுத்திலோ அல்லது சட்டைப் பையிலோ ஜபமாலை ஒன்றை வைத்திருங்கள்.

தினசரி ஆன்மீக நாட் குறிப்பினை எழுதி வாருங்கள்.

பின் சேர்க்கை

1. சித்தர்கள் போற்றிய சிறுநீர் சிகிச்சை

அறிமுகம் : நான் ஓர் ஆங்கில முறை மருத்துவர், சென்னை 'ஸ்டான்லி' மருத்துவக் கல்லூரியில் மருத்துவம் பயின்று, 50 ஆண்டுகளுக்கும் மேலாக சென்னையிலும், திண்டுக்கல், கொச்சியிலும் மருத்துவத் தொழில் செய்து நிபுணத்துவம் பெற்றவன். பலதரப்பட்ட நோயாளிகளைப் பரிசோதித்து சிகிச்சை அளித்து நலம் பெறச் செய்தவன். தொண்டுள்ளம் படைத்ததனால் மிகப் பலருக்கு இலவசமாகவும் இரண்டு ரூபாயிலும் மருந்து கொடுத்து, ஊசி போட்டு அவர்கள் மனம் மகிழ்வதில் நான் மனம் மகிழ்ந்தவன்.

பாரத நாட்டின் முன்னாள் பிரதமர் மறைந்த மொரார்ஜி தேசாய் அவர்கள் மாறுபட்டவர். முன் மாதிரியானவர். முப்பது ஆண்டுகளுக்கு முன்னரே, தான் பிரதமராய் இருந்த காலத்தில் நாட்டு மக்களுக்கு ஒரு நல்வழியைக் காட்டினார். இந்நாட்டு மன்னர்கள் எந்நாளும் நலமுடன் வாழ, வறுமையிலும் நோயற்று வாழ ஓர் எளிய வைத்திய முறையை அருமை இல்லாமல் அறிவித்தார். அதுதான் 'அமரி' எனப்படும் சிவாம்பு வைத்தியம். தனது சிறுநீரை தானே அருந்துவதன் வாயிலாக நோயற்ற வாழ்வு பெறலாம் எனத் தன் அனுபவ வைத்தியத்தை அகிலத்துக்கு அறிவித்தார். அதை ஏடுகளும், அரசியல் எதிரிகளும், பொதுமக்களும் கூட எள்ளி நகையாடினர். சித்தர்களும், முனிவர்களும், யோகிகளும், சிவனடியார்களும் கூறியதைத்தான் அவரும் கூறினார். அதை அரசியலாக்கிக் கிண்டலடித்தார்கள் அறிவிலிகள்.

மொரார்ஜி தேசாய் அவர்கள் 98 ஆண்டுகள் வரை வாழ்ந்தவர். முகத்தில் சுருக்கமின்றி, நடையில் தளர்வின்றி, ஓர் இளைஞரைப் போல் சுறுசுறுப்பாக இயங்கியவர். அவர் இறப்பதற்கு ஒரு வாரம் முந்தி தொலைக்காட்சியில் (T.V.) ஒரு நிகழ்ச்சியில் அவரைப் பார்த்து, நான் வியந்தேன். அவரைவிட வயதில் குறைந்தோர்

கைப்பிடியைப் பிடித்தபடி அடி மேல் அடி வைத்து மாடிப்படிகளில் ஏற, அவரோ இரண்டிரண்டு படிகளாகத் தாவி ஏறி மாடியைக் கடந்தது இன்னும் என் கண் முன் நிழலாடுகிறது. எப்படி அவரால் இது முடிந்தது? அவர் அனுதினமும் மேற்கொண்ட சிவாம்பு வைத்தியம். அவரின் சிறுநீரை அவரே பருகி சித்தர்களின் வைத்திய முறை வாலிபனாக்கியது.

அனுபவம் : எனக்கு இப்போது வயது 77, 2001 ஜனவரியில் 74ஆம் வயதில் திடீரென எனக்கு மாரடைப்பு ஏற்பட்டது. 'ஆபரேஷன்' செய்து கொண்டேன். வசதியும் வாய்ப்பும் இருந்ததால் நலம் பெற்றேன். தொடர்ந்து இடைவிடாது மாத்திரைகளை விழுங்கித் தீரவேண்டிய கட்டாயத்திற்கு உள்ளானேன். ஒவ்வொரு மாதமும் ரூ. 2500/க்கு மாத்திரைச் செலவு தவிர்க்க முடியாதது ஆகியது. ஆனாலும், நடந்தால், நான்கு படிகள் ஏறினால் மூச்சு வாங்கும், நெஞ்சில் வலி ஏற்படும். உடனே 'ஐசார்டில் மாத்திரையை நாக்கின் அடியில் வைத்து வலி நிவாரணம் பெறுவேன். மீண்டும் ஏறினால் மறுபடியும் வலி - மறுபடியும் மாத்திரை. இதனால் வெளியில் எங்கும் செல்லாமல் வீட்டினுள்ளேயே முடங்கிக் கிடந்தேன். எனக்கு ஏழு ஆண்டுகளாக சர்க்கரை வியாதியும் உள்ளது. நடைப் பயிற்சி மற்ற பயிற்சிகளால் அதைக் 'கட்டுப்பாட்டில்' வைத்திருந்தேன். வீட்டிலேயே முடங்கியதால் சர்க்கரை கூடியது. சர்க்கரை வியாதி நிபுணரான எனது டாக்டர் நண்பரைச் சென்று பார்த்தேன். அவர் சோதனை எல்லாம் முடித்துவிட்டு உரிமையோடு சொன்னார். "டாக்டர் உங்களுக்கு ஏற்கனவே மாரடைப்பு நோய் உள்ளது. தற்போது வெறும் வயிற்றில் 220 மில்லி கிராமும், சாப்பாட்டிற்குப் பின் 270 எம்.ஜியும் உள்ளது. இது அளவிற்கு மீறியது ஆகும். எந்த விநாடியும் உங்களுக்கு திடீர் மரணம் ஏற்படலாம். எச்சரிக்கையாய் இருங்கள், துணையின்றி எங்கும் வெளியில் செல்லாதீர்கள்", நான் எழுதித் தரும் மாத்திரையை விடாது தொடர்ந்து சாப்பிடுங்கள்" எனக் கூறி அவர் ஒவ்வொரு மாதமும் ரூ. 1000/ செலவிற்கான மாத்திரைகளை எழுதிக் கொடுத்தார். ஆக ஒவ்வொரு மாதமும் மூவாயிரத்து ஐந்நூறு ரூபாய் மாத்திரைகளை நான் உயிர் வாழ்வதற்காக, நோய்த் தடுப்பதற்காக (நோய்த் தீர்ப்பதற்காக அல்ல) செலவிட வேண்டி வந்தது. வருடத்தில் ரூ. 42,000/க்கும் மேலானது. ஏழை எளியவரால் இதை எண்ணிப் பார்க்கவும் முடியுமா? இதற்குமேல் சத்தான உணவுகள் வேறு!.

இந்த நிலையில் தான் இந்த ஆண்டு மே மாதம் ஒரு மருத்துவ நண்பர் என்னை சந்தித்தார். என் நிலையைக் கண்டு ஆறுதல் கூறிய அவர், நாட்டு மருத்துவத்தில் ஈடுபாடு உள்ளவர். சித்தர்களின் நூல்கள் பலவற்றை படித்துத் தேர்ந்தவர். என்னிடத்தில் ஒரு சிறிய நூலைக் கொடுத்துக் கூறினார் : "நீங்கள் எல்லாம் ஆங்கில மருத்துவத்தைக் கரைத்துக் குடித்தவர்கள். எங்கள் மருத்துவம் எல்லாம் எட்டிக்காயாய் கசக்கும். படித்துப் பாருங்கள். முடிந்தால் குடித்துப் பாருங்கள். நன்மைக் கிட்டினால் தொடர்ந்து பருகுங்கள். நோய்கள் இருந்த இடம் தெரியாமல் மறைந்து போய்விடும். உங்களைப் போன்ற உயர்ந்த மருத்துவர்கள் இதை அனுபவித்து அறிவித்தால்தான் ஏழை எளியோர்கள் ஏற்றிடுவார்கள். அவர்களுக்கு இது ஓர் வரப் பிரசாதம். ஒரு காசு செலவின்றி உடல் நலம் பெறமுடியும். எந்த வகை நோயானாலும் இதனால் குணம் பெற முடியும். நாங்கள் இதைக் கூறினால் வைத்தியனா? பைத்தியமா? என்பார்கள். நீங்கள் இதைக் கூறினால் மேனாட்டு புதிய வைத்திய முறை என்று ஏற்றுக் கொள்வார்கள்" எனக் கூறி புத்தகத்தைக் கொடுத்துச் சென்றார். அச்சிறு நூலின் பெயர் "சர்வரோக நிவாரணி" அதனைத் தொகுத்தவர் சுவாமி பூமானந்தா என்றிருந்தது. இதே நூலை மணவளக் கலையில் என்னை ஈடுபாடு கொள்ளச் செய்த "அருள்நிதி" ராஜாராம் அவர்களும் எம்மிடம் கொடுத்துப் படிக்கச் சொன்னார்.

உண்டு உறங்கி ஓய்வாக இருந்தபோது அப்புத்தகத்தை எடுத்துப் புரட்டினேன். குமட்டியது. நான் ஆச்சாரம் மிக்க பிராமணாள் குடும்பத்தில் பிறந்தவன். ஆனாலும் மருத்துவத் தொழிலில் ஈடுபட்டதாலும், ஸ்டான்லி மருத்துவக் கல்லூரியில் பயின்றதாலும், பகுத்தறிவாளர்கள் பலருடன் பழகியதாலும், மனித நேயம் என்னுள் முளை விட்டு, சமத்துவமும், சகோதரத்துவமும் என்னுள் கிளை விட்டு மரமாகி பூத்துக் காய்த்துக் குலுங்கியது. நான் சாதி மதங்களுக்கு அப்பாற்பட்ட ஒரு மனித நேய மாண்பாளன். மனவளக்கலை பயின்றவன். ஏழை எளியவர்களை வாழ வைக்கும் புதியச் சிந்தனைகளை மனப்பூர்வமாக ஏற்பவன். ஆனாலும் சிவாம்பு வைத்திய முறை என்னுள்ளத்தை உலுக்கியது. என் வீட்டிலுள்ளோர் "சீச்சீ" என்றனர். ஆனாலும் அதைப் பற்றிக் கூறி இருப்பவர்கள் மிகப் பெரும் மகான்கள் ... ஞானிகள்!!.

என் மனக்கண் முன் மொரார்ஜி தேசாய் வந்து வந்து போனார். மாதந்தோறும் மூவாயிரத்து ஐந்நூறு ரூபாய் 'மெடிக்கல் பில்லும்' வந்து போனது. "திடீர் மரணம்" எப்போதும் ஏற்படலாம் என எனது மருத்துவ நண்பர் கூறியதும் காதுகளில் ஒலித்துக் கொண்டே இருந்தது. நாம் உட்கொள்ளும் மருந்துகளில் எத்தனையோ இரசாயனக் கலவைகள். டீ, காபியில் எவ்வளவோ விஷத் தன்மையுள்ள கலப்புகள், உணவு வகைகளில் எவ்வளவோ நச்சுக் கலவைகள். நமது உடலிலிருந்து வெளிப்படும் சிறுநீரில் அப்படி என்ன விஷத்தன்மை இருந்து விடப் போகிறது என்ற எண்ணமும் என்னுள் எழுந்தது! எப்படியும் சாகப் போகிறோம். குடித்துத்தான் சாவோமே என்ற எண்ணம் மேலோங்கியது.

1974 மே மாதம் 10ஆம் தேதி ஞாயிற்றுக்கிழமை அதிகாலை மனப் போராட்டத்திற்கிடையே கண்ணாடி டம்ளரைக் கையிலெடுத்தேன். 250 மில்லியளவு சிறுநீரைப் பிடித்தேன். கண்ணை மூடிக் கொண்டு மிக வேகமாகக் குடித்தேன். 'கார்ப்பரேஷன் குடிநீரில் வரும் 'குளோரின்' வாசமும் இல்லை. வேறெந்த துர்நாற்றமும் இல்லை. இதைக் குடிப்பதற்கா இவ்வளவு போராடினோம் என்னும் எண்ணமே தோன்றியது. மற்ற மருந்துகளிலே உள்ள கசப்பும் இல்லை, புளிப்பும் இல்லை, துவர்ப்பும் இல்லை. அன்றிலிருந்து அதிகாலை வேளையில் முதல் நீரை விடுத்து முடிவான நீரையும் விடுத்து இடையிலான சிறுநீரை 250 மில்லி அளவு குடித்து வந்தேன்.

ஒரு வாரத்தில் என்னுள் ஒரு மாற்றம் தெரிந்தது. தொடர்ந்து குடித்தேன். ஒரு மாதத்தில் மாடிப் படிகளில் மூச்சு வாங்காமல் ஏறி இறங்கினேன். இரண்டாவது மாதத்தில் என் நெஞ்சு வலியும், சர்க்கரை வியாதியும் பூரணமாக குணமடைந்து விட்டது. சர்க்கரை அளவு வெறும் வயிற்றில் 104, உணவுக்குப் பின்னர் 109 என குறைந்துவிட்டது. மூவாயிரம் ரூபாய் மருந்து சாப்பிட்டபோது 220-270 என இருந்த நிலை மாறி எனது மூத்திரத்தை ஒரு காசு செலவில்லாமல் நானே குடித்தபோது 104-109 என குறைந்தது கண்டு பலருக்கும் இதனை நான் பரிந்துரைக்கலானேன். முதலில் முகஞ்சுளித்தாலும் மிகப் பலர் இதனை நான் கூறியதற்குப் பின்னர் குடித்து முழு நலன் பெற்றுள்ளனர். அதை அவர்கள் வாயாலேயே ஒப்புக் கொள்கின்றனர்.

எனக்கு ஆரம்பத்தில் Prostate என்னும் உறுப்பு வீக்கம் நோய் ஏற்பட்டது. இது 40 வயது முதல் 60 வயதிற்குள் ஏற்படும். இந்நிலை ஏற்பட்டால் சொட்டுச் சொட்டாகத்தான் மூத்திரம் வெளிப்படும். சீரான வேகத்தில் வெளிப்படுவது தடைப்படும். அந்த நோயும் இந்த ஆறு மாதத்தில் குணமாகி சீரான சிறுநீர் போக்கு ஏற்பட்டுள்ளது.

நான் தொடர்ந்து சிறுநீர் பருகி வருவதால் ஐம்பது விழுக்காடு அளவுக்கு எனக்கு மூச்சு வாங்கும் நோய் குறைந்துள்ளது. நான் இப்போது மூச்சு வாங்காமல் நன்றாக நடக்கிறேன். ஐம்பது அறுபது படிகள் கூட ஏறி இறங்குகிறேன். இது பொய்யில்லை; புளுகில்லை; மாயமில்லை; மந்திரமுமில்லை; மருந்துகளுமில்லை.

அவரவர் மூத்திரத்தை அவரவர் பருகுதலே நன்மை, உண்மை

அறிவுரை : "சர்வரோக நிவாரணி" புத்தகத்தை நான் பலமுறை படித்துவிட்டேன். பல புத்தகங்களை என் செலவிலேயே வாங்கி பலருக்கும் கொடுத்துள்ளேன். 'யான் பெற்ற இன்பம் பெறுக இவ்வையகம்' என்னும் நன்நோக்கேயன்றி வேறில்லை. மேலும் இது தொடர்பான பல புத்தகங்களைத் தேடி அலைந்து வாங்கினேன். என்னிடம் தற்போது ஆறு புத்தகங்கள் உள்ளன. அனைத்து புத்தகங்களிலும் சிவாம்பு சிறுநீர் அருந்தியதால் அவரவர்க்கு ஏற்பட்ட அனுபவங்களையும் அவர்களால் மற்றவர்க்கு ஏற்பட்ட நலன்களையுமே விவரித்துள்ளார்கள்.

1. Dr. தாக்கரே எழுதிய 'சிவாம்பு கீதா' (மும்பைக்காரர்).

2. சர்வரோக நிவாரணி சுவாமி பூமானந்தா (தமிழில்)

3. 'வாட்டர் ஆப் லைப்' Water of Life - Dr.ஆம்ஸ்ட்ராங் M.D., ஆங்கில முறை மருத்துவர். லண்டனில் பிரபல மருத்துவர். இவருக்கு டி.பி. எனப்படும் எலும்புருக்கி (க்ஷயம்) நோயும், சர்க்கரை வியாதியும் அதிக அளவில் இருந்துள்ளது. அவர் AUT எனப்படும் Auto Urine Theropy சிறுநீர் பருகும் சிகிச்சை மேற்கொண்டு பூரண குணமடைந்துள்ளார். அதன் பிறகு ஆங்கில மருத்துவத்தை கைவிட்டு, AUT எனப்படும் சிவாம்பு எனும் சிறுநீர் சிகிச்சையையே செய்து 5000க்கும் மேற்பட்டவர்களை குணமாக்கியுள்ளேன் என ஆதாரபூர்வமாக எழுதியுள்ளார்.

4. குஜராத் மொழியில் 'மானவ மூத்ரா'

5. காரைக்குடியில் பட்டு வியாபாரம் செய்து வரும் திரு.ராஜசேகரன் அவர்கள் 12 வருடங்களாக (AUT) சிறுநீர் சிகிச்சையை பல நூறு பேர்க்கு செய்வித்து பூரண குணமடையச் செய்துள்ளார்.

6. "யுவர் வோன் பெர்பக்ட் மெடிசன்" Your Own Perfect Medicine மார்த்தா கிருஷ்ட்டி. இவர் ஒரு சிறந்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி நிபுணர். இவர் பலப்பல வியாதிகளால் துன்புற்று பல லட்சம் டாலர்களைச் செலவிட்டும் குணமடையாததால் உயிரையே மாய்த்துக் கொள்ள எண்ணியுள்ளார். அப்போது (AUT) சிறுநீர் சிகிச்சைப் பற்றி அறிந்து அதை அருந்தி பூரண குணமடைந்துள்ளார். 1200 பக்க அளவில் அவர் அனுபவங்களை எழுதியுள்ளார்.

Dr. தாக்கரே சிறுநீரக மாற்றுச் சிகிச்சை நிபுணர், மிகச் சிறந்த 'சர்ஜன்'. மும்பையில் மருத்துவராக பணியாற்றுகிறார். புற்று நோய்களையும் குணப்படுத்தி வருகிறார். அவருடைய நண்பர் ஒருவர் சிவாம்பு சிறுநீர் சிகிச்சைப் பற்றிய ஒரு புத்தகத்தை அவருக்கு அன்பளிப்பாக வழங்கி அதைப் பற்றிய கருத்தினைக் கேட்கிறார். அதை அவர் ஊன்றிப் படிக்கிறார். உள்ளத்தில் பதிய வைத்துக் கொள்கிறார். அவரிடம் சிகிச்சைக்காக ஒரு 10 வயது பையனை ஒருவர் அழைத்து வருகிறார். 'டாட்டா மெமோரியல் மருத்துவமனையில்' அறுவை சிகிச்சை செய்ததில் புற்றுநோய் முற்றிய நிலையில் உள்ளதாகவும், ஓராண்டுக்கு மேல் வாழ்வது கடினம் என்று 'டாக்டர்கள்' கூறியதாகக் கூறினார்கள். Dr.தாக்கரே அவர்கள் மருத்துவ 'ரிக்கார்டுகளைப்' பார்த்துவிட்டு உதட்டைப் பிதுக்கியவாறு கூறினார். "டாட்டா மெமோரியல் டாக்டர்கள் கூறுவது உண்மை தான். இந்த நிலையில் இதற்கு ஆங்கில மருத்துவ முறையில் பூரணமாக குணமாக்க மருந்தேயில்லை" என்று கூறிவிட்டு, மனதுக்குள் சிறுநீர் வைத்திய முறையைச் செய்து பார்க்கக் கருதி, "பையனுடைய சிறுநீரை தினமும் 4 வேளை குடித்துவரச் செய்யுங்கள். ஆறு மாதத்திற்கு பிறகு என்னை வந்து பாருங்கள்" என்று கூறி அனுப்பினாராம். அவர்களும் டாக்டர் கூறியது போல் தொடர்ந்து சிறுநீர் குடித்துவர மாற்றங்கள் தெரிய ஆரம்பித்ததாம்.

ஆறு மாதத்திற்குப் பிறகு Dr. தாக்கரே அவர்கள் அந்த பையனைப் பார்த்து வியந்து போனாராம். அவன் உடலில் முகத்தில் நல்ல மாற்றங்கள் தென்பட்டதாம். தொடர்ந்து சிறுநீரைப் பருகி வரக் கூறினாராம். அந்த சிறுவனுக்கு புற்றுநோய் பூரணமாக குணமாகி தற்போது 21 வயதாகி திருமணமாகி இரண்டு குழந்தைகளுக்குத் தந்தையாகி டாக்டரிடம் வாழ்த்து பெற வந்து உள்ளான் என்று டாக்டர் தாக்கரே அவர்கள் தம் "சிவாம்பு கீதா" என்னும் நூலில் எழுதியுள்ளார். அவர் இந்த சிறுநீர் சிகிச்சை முறையை தொடர்ந்து செய்திடலானார்.

உடலிலுள்ள விஷமுள்ள (Toxic) கழிவுகளை 'கிட்னி' மூலம் வெளியேற்றப்படுவதே சிறுநீர். இதைச் செய்தால் விஷத் தன்மை உடலுக்குள் செல்லாதா? எனக் கேட்கலாம். இதற்கு காரைக்குடி திரு. ராஜசேகரன் அவர்கள் நூலில் சரியான விளக்கம் தந்துள்ளார். சிறுநீரில் பல ஹார்மோன்கள் உள்ளன. அவை (Toxic) விஷ உப்புகளை விஷ சத்து இல்லாமல் செய்துவிடுகின்றன என்பதை ஆராய்ச்சி பூர்வமாக தெள்ளத் தெளிவாக விளக்கியுள்ளார்.

என்னால் அறிவுறுத்தப்பட்டு சிறுநீர் சிகிச்சையால் இன்று பூரண குணமாகி நலமோடு வாழும் ஒரு சிலரைப் பற்றி இங்கு குறிப்பிட விரும்புகிறேன் :

கொச்சியில் மேரி என்னும் ஒரு பெண்மணி, வயது 32 திருமணம் ஆனவர். அவருக்கு 'Arthriho' ஆர்த்திரியோ என்னும் மூட்டு வலி நோய். உடலெங்கும் உள்ள மூட்டுகளில் கடுமையான வலி. நான் அவர் விரல்களை லேசாக அழுத்தினேன். 'வீல்' எனக் கத்திவிட்டார். ஆறேழு ஆண்டுகளாக நடமாட முடியாத நிலை. 'வீல்சேரிலே' தான் அமர்ந்திருந்தார். அவரின் கணவர்தான் அவருக்கு உணவு ஊட்டுவது, 'பெட்பேன்' மூலம் 'மலஜலம்' அப்புறப்படுத்துவது எல்லாம். நல்ல கணவர், நான் அந்தப் பெண்மணிக்கு ஆறுதலும் தைரியமும் கூறிவிட்டு சிறுநீர் சிகிச்சை முறையை விவரித்தேன். 24 மணி நேரமும் அவர் வெளியேற்றும் அவரின் சிறுநீரை தொடர்ந்து குடித்து வரும்படிக் கூறினேன். வேறு எந்த உணவும் ஓரிரு நாட்களுக்கு எடுத்துக் கொள்ள வேண்டாம். தண்ணீர் மட்டும் அருந்துங்கள் என்றேன். என்னிடமிருந்த "சிவாம்பு கீதா" என்னும் ஆங்கில நூலை அவரிடம் கொடுத்து படிக்கச் சொன்னேன்.

அவர் பார்க்காத வைத்தியமில்லை. அலோபதி, ஆயுர்வேதா என பல மருந்துகளை விழுங்கி பல ஆயிரம் ரூபாய்களை இழந்தவர். செலவில்லாத இந்த வைத்தியத்தை செய்து பாருங்கள் எனக் கூறிவிட்டு நான் சென்னைக்கு வந்துவிட்டேன்.

சென்னையில் எனது மருத்துவ நண்பரும், ஸ்டான்லி கல்லூரியில் எனது அறை மாணவரும், அறிவுரையாளரும் பகுத்தறிவாளருமான Dr.K. நடராஜன் அவர்களைச் சந்தித்தேன். அவர் எம்.டி படித்தவர். மருத்துவத்தில் பல ஆராய்ச்சிகள் செய்தவர். ஸ்டான்லி மருத்துவக் கல்லூரியில் 'டீனாக' இருந்து பணி ஓய்வு பெற்றவர். அவருக்கு வயது 84. T.B. எனப்படும் க்ஷயரோக நோயால் அவர் துன்புற்றார். ஒரு ஜெர்மன் டாக்டரிடம் சிகிச்சை மேற்கொண்டு நுரையீரலின் மூன்றில் ஒரு பகுதியை அறுவை சிகிச்சை மூலம் அகற்றிவிட்டு, நோய் குணமாக பல வகை மாத்திரைகளை உட்கொண்டு வந்தார். உடல் தளர்ச்சி, மன உளைச்சல் (Depress) என அவதியுற்றார். அறுவை சிகிச்சையிடத்தில் சீழ் வடிவதாகக் கூறினார். அவரிடம் நட்புரிமையோடு சிவாம்பு சிறுநீர் வைத்திய முறையையும் விளக்கினேன். ஒரு சிறு ஆங்கிலப் புத்தகத்தையும் அவரிடம் கொடுத்து படிக்கச் சொன்னேன்.

சென்னையிலிருந்து கொச்சிக்குச் சென்றேன். ஒரு மாதத்திற்குப் பிறகு மேரியை காணச் சென்றேன். 'வீல் சேரில்' இருந்த அவர் வீட்டு வேலைகளைச் செய்தபடி இருந்தார். என்னைப் பார்த்ததும் அவருக்கும் அளவிலாத மகிழ்ச்சி. நன்றிப் பெருக்கோடு அவர் உணர்ச்சி வசப்பட்டுப் பேசினார். நான் சொல்லிச் சென்ற

அன்றைய மறுநாளே அவர் சிறுநீர் சிகிச்சையைத் தொடங்கிவிட்டாராம்.

ஓரிரு நாட்களிலேயே அவரின் மூட்டு வலி குறையைத் தொடங்கியதாம். ஒரு வாரத்தில் நடமாட முடிந்ததாம். ஒரு மாதத்தில் வீட்டு வேலைகளை எல்லாம் செய்ய முடிகிறது என்றார். அவரைவிட எனக்குத்தான் இரட்டிப்பு மகிழ்ச்சி. நான் சிவாம்பு சிறுநீர் வைத்திய முறையில் தேறிவிட்டேன். ஆனால் எனது மாணவி (Student) மேரி குணமாகியது. அதுவும் 7 வருடமாக தீராத மூட்டு வலி நோய் பூரணமாக குணமாகியது மகிழ்வைத் தந்தது. நாங்கள் மூவரும் அன்று மாலை கடற்கரைக்குச் சென்றோம். அவர் ஏழாண்டுகளுக்குப் பிறகு வெளி உலகை காண்கிறார். இயல்பான தூயக் காற்றை சுவாசிக்கிறார். மற்றவர்களைப் போல் மணலில் நடந்து அமர்ந்து குதூகலிக்கிறார். எல்லாம் சிவாம்பு சிறுநீர் மருத்துவத்தின் செலவில்லாத குணப்பாடு!

அவர் எவ்வளவு "பீஸ்" என்றார். இந்த வைத்திய முறையை நீ, உனக்குத் தெரிந்தவர்களுக்கு எல்லாம் கூறு. அதுதான் எனக்கான "பீஸ்" என்றேன். அவரும் உறுதி கூறினார். பலருக்கும் அவரின் அனுபவத்தைக் கூறி வருகிறார். இந்த நோய்க்கு வேறு எந்த வைத்திய முறையிலும் மருந்து கிடையாது. செலவில்லாமல் உள்ள ஒரே "சர்வ ரோக நிவாரணி" சிறுநீர் மட்டுமே.

இப்படி மிகப் பலருக்கு நான் இந்த சிகிச்சை முறையை அறிமுகப்படுத்தியுள்ளேன்.

மீண்டும் நான் சென்னை வந்தபோது எனது நண்பர் Dr. K. நடராஜன் அவர்களைச் சந்தித்தேன். அவர் முன்பை விட தேறி இருந்தார். அவர் நான் கூறிய சிகிச்சை முறையை உடனே மேற்கொண்டதாகக் கூறினார். அறுவை சிகிச்சை மேற்கொண்ட இடத்தில் வந்த சீழ் குறைந்துவிட்டதாகவும், மூச்சிறைப்பும் சீர்பட்டு வருவதாகவும் கூறினார். M.D. படித்த என் நண்பர் மனம் விட்டு வெளிப்படையாகக் கூறியது என் மனதை மகிழ்ச்சியில் ஆழ்த்தியது. இது எப்படி அவரால் முடிந்தது என்றால் அவர் தந்தை பெரியாரின் தூயத் தொண்டர், பகுத்தறிவாளர். உள்ளொன்று வைத்து புறமொன்று பேசாதவர். கடவுள் மறுப்பாளர். அவர் தன் அனுபவத்தை வெளிப்படையாகக் கூறுவது பாமர மக்களும் இதை பரீட்சை செய்து பார்த்து மேற்கொள்ள வேண்டும் என்னும் நல்லெண்ணமே!

நிறைவுரை : செலவேயில்லாத இந்த சிவாம்பு சிறுநீர் சிகிச்சையை மேற்கொண்டு எய்ட்ஸ், புற்றுநோய், நீரிழிவு நோய், இருதய நோய், மூச்சிறைப்பு நோய், எலும்புருக்கி நோய், மன நோய், மற்றெல்லா நோய்களையும் போக்கிக் கொள்வதோடு, நோய் வராமல் தடுத்துக் கொள்ளவும் தம் சிறுநீரை தாமே குடித்து நலம் பெற்று வளம் பெற்று வாழ வாழ்த்துகிறேன்.

குடிப்பது மட்டுமல்லாமல் உச்சி முதல் உள்ளங்கால் வரை தேய்த்துக் குளிக்கவும் செய்யலாம். இதனால் சருமநோய்கள் அனைத்தும் நீங்கும். தலைமுடி கருமை பெறும். முடி உதிர்வது நிற்கும். சிவாம்பு நிரம்பிய ஒரு சிறு குவளையை கண்களை வைத்து மூடி மூடித் திறப்பதால் கண் பார்வை தெளிவு பெறும். கண்ணாடியில்லாமல் பார்க்க, படிக்க முடியும். 'காட்ராக்ட்' பூரணமாகக் குணமாகும். 'கிளைகோமா' நோய் வராமல் தடுக்கும். காதுகளில் இதனை விட்டுக் கொள்வதால் செவிட்டுத் தன்மை நீங்கும். காது கேட்பது கூர்மையாகும். வாயில் வைத்து கொப்பளிப்பதால் பல் ஈறுகள் பலம் பெறும். சொத்தைப் பற்கள் குணமாகும். பூச்சிகள் இல்லாது ஒழியும். வாய் துர்நாற்றம் நீங்கும். இப்படி நமது சிறுநீர் சர்வரோக நிவாரணியாக இருக்கையில், வீட்டிலேயே இதனைப் பருகி, மேலே பூசி நோய் நீக்கிக் கொள்ளாமல் மருத்துவரை நாடிச் சென்று நேரத்தையும், பணத்தையும் பாழடித்து புதிய புதிய நோய்களை வருவித்துக் கொள்வது புத்திசாலித்தனமாகாது.

நாம் இயற்கை வைத்தியங்களை இழந்து செயற்கையில் மூழ்கிவிட்டோம். இயற்கை உணவு வகைகளைப் புறக்கணித்து நாவின் ருசிக்காக செயற்கை

உணவுகளை உண்டு நோய்களைப் பெருக்கிக் கொண்டோம். நமது முன்னோரின் மூதுரைக்கு ஏற்ப, நல்லனவற்றை உண்போம். நல்லனவற்றைப் பருகுவோம். நல்லன பேசுவோம். நல்லன செய்வோம்! நல்லவர்களாகவும் வாழ்வோம்.

வாழ்க வளமுடன்!

Dr.T.C.S. வீரமணி, B.Sc., M.B.B.S., FCGP

* * *

Dr. மங்கள கௌரியின் அனுபவம்

அய்யா Dr.T.C.S. வீரமணி, B.Sc., M.B.B.S., FCGP அவர்கள் 77வயது இளைஞர், சிரித்து சிரித்துப் பேசும் சிந்தனையாளர். 'வாழ்க வளமுடன்' என்று வாயார வாழ்த்தியவாறு வாழ்ந்திடும் மனவளக் கலை மனிதநேயர். எம் பாட்டியார் வழி பரம்பரை வைத்தியமாகச் சித்த மருத்துவம் பயின்று, மூலிகைச் செடிகள் வளர்த்து மக்களுக்குச் சேவையாற்றிடும் என்னிடம் ஒரு சிறிய புத்தகத்தைக் கொடுத்து படித்திடச் சொன்னார். நூலின் பெயர் 'சர்வரோக நிவாரணி" தொகுத்தவர் சுவாமி பூமானந்தா.

வாழ்க்கையில் 'நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்' என வாழ விரும்புவோர்களுக்கும், தீராத வியாதிகளால் கஷ்டப்படுகிறவர்களுக்கும், நோய்களால் பீடிக்கப்பட்டு பண வசதி இல்லாத காரணத்தால் நோயைத் தீர்த்துக் கொள்ள முடியாத நிலையில் அவதிப்படும் ஏழை மக்களுக்கும் இச்சிறிய நூல் சமர்ப்பிக்கப்படுகிறது. 'ஓம்' என "மக்களின் சேவையே மகேசன் சேவை" என்னும் நன்நோக்கோடு சிவாம்பு, சிவநீர், அமரி எனப்படும் சிறுநீர் சிகிச்சைப் பற்றி விரிவாக, பல நூல்களிலிருந்து விவரங்கள் சேகரிக்கப்பட்டு தொகுத்து அளிக்கப்பட்டிருக்கிறது.

சித்த மருத்துவத்தில் அனுபவமுள்ள என்னிடம் சிவாம்பு சிறுநீர் சிகிச்சைப் பற்றி கருத்துரை கேட்டார். மதிப்புக்குரிய அம்மாமணிதருக்கு மதிப்புரையாகவும், மக்களுக்குத் தெளிவுரையாகவும் யான் படித்ததைச் சுருக்கித் தருகிறேன்.

சித்த வைத்தியத்தில் சிறப்புற்று விளங்கிய டாக்டர் R. துரைராஜ் RHMP & SMP அவர்கள் எனக்கு குருவாகத் திகழ்ந்தார். அவர் பல சித்த மருத்துவ நூல்களை எமக்களித்து படித்திடக் கூறினார். அதில் பல பாடல்களில் சிவாம்பு என்றும், அமரி என்றும், சிவநீர் என்றும் சொற்கள் வரும். இவை பலப்பல நோய்ப் போக்கும் அமிர்தம் என்றும், காய கல்பம் என்றும் இருக்கும். ஆனால் இது என்ன என்று நான் அப்போது அறிந்திருக்கவில்லை. சிவாம்பு, அமரி, சிவநீர் அனைத்துமே சிறுநீரைக் குறிப்பன என்பதை Dr.R.துரைராஜ் அவர்களே எமக்கு விவரித்தார்.

மற்றெல்லா மருத்துவ முறைகளிலும் ஒரு நோய்க்கு ஒரிரு மருந்துகளைச் சேர்த்தே தர வேண்டும். அதை பாலிலோ, தேனிலோ, வெந்நீரிலோ, தண்ணீரிலோ சேர்த்துண்ண வேண்டும். வெளிப்பூச்சுக்குத் தரப்படும் மருந்தை உள்ளுக்குத் தரக்கூடாது. உள்ளுக்குத் தரப்படும் மருந்து வெளிப்பூச்சுக்கு உதவாது. ஒரு நோய்க்குத் தரப்படும் மருந்து பிறிதொரு நோயைக் கிளறிவிடலாம். அல்லது ஒவ்வாமையால் பிரச்சினைகள் ஏற்படலாம். ஆனால் இச்சிறுநீர் சிகிச்சை உச்சி முதல் உள்ளங்கால் வரை ஏற்படும் எல்லாவித நோய்களுக்கும் வெளிப்பூச்சு மருந்துமாகும். உள்ளுக்குள் ஏற்படும் அனைத்துவித வியாதிகளுக்கும் உட்கொள்ளும் மருந்துமாகும். இதனில் வேறெந்த கலப்படமும் செய்யத் தேவையில்லை. தேனோ பாலோ தேவையில்லை.

பெண்களுக்கு இஃதோர் வரப்பிரசாதமாகும். தனக்குள்ள நோய் இன்னதென்று வெளியில் சொல்ல வெட்கப்படும் நிலையில் தனக்குத் தானே இரகசியமாக

செய்து கொள்ளக் கூடிய சிகிச்சையாகும். மகப்பேறு இல்லாதவர்க்கு மகப்பேறு உண்டாகும்.

நாம் என்ன செய்கிறோம், எதை உட்கொள்கிறோம் என்று யாருக்கும் தெரியாது. காசு செலவோ, கடைக்குச் சென்று வாங்கி வரவோ யார் தயவும் தேவையில்லை. இரவிலோ, பகலிலோ, நாம் தனிமையில் இருக்கையில் யார் உதவியுமின்றி நமக்கு நாமே செய்துகொள்ளும் தன் நீர் சிகிச்சை இது! இச்சிகிச்சையைத் தொடர்ந்து மேற்கொண்டால், நோயற்ற வாழ்வு வாழ்வதோடு, மேனி பளபளப்பாகி உடல் பொலிவோடும், முகப் பொலிவோடும் நீடித்த ஆயுளோடும் நெடுநாள் வாழலாம்.

அய்யா டாக்டர் வீரமணி அவர்களின் அயராத உழைப்புக்கு நாம் துணை நிற்போம். பெண்களுக்குப் பெண்கள் இதை இரகசியமாகப் பேசி பரப்புவதன் மூலம் தன் குழந்தைகளை நோயின்றி பாதுகாக்க முடியும். கணவனின் மனதையும் மாற்ற முடியும். வீணான அலைச்சல் குறையும். தேவையற்ற மருத்துவச் செலவுகள் இல்லாதொழியும், மன உளைச்சல் மறையும். வளமான வாழ்வு அமையும்.

Dr. மங்களகௌரி HPSM
'மங்கல மாலை'
6, 3வது அசோக் நகர்,
சென்னை 600 083.

வாழ்க்கையை மாற்றிய புத்தகம் - சுவாமி பூமானந்தா எழுதிய சர்வரோக நிவாரணி

மருத்துவர்கள் கைவிட்டார்கள் புத்தகம் மறுவாழ்வளித்தது

அது நடந்து 27 ஆண்டுகளாயிருக்கும் அப்போது எனக்கு வயது 23.

மிக அதிகமான படபடப்பு, கிறுகிறுப்பு, மரணபயம் (ஹைப்பர் டென்ஷன்) இவற்றிற்காக ஏறத்தாழ 11 ஆண்டுகள் மீண்டும் மீண்டும் தூக்க மருந்துகளும் அமைதிப்படுத்தும் மருந்துகளும் தரப்பட்டன. மருந்துகளில் வீரியமும் உயர்த்தப்பட்டன. மருந்துகளின் வீரியத்தைத் தாங்கமுடியாத நிலைக்கு உடல் நலிந்தது.

ஒரு புறம் மருந்தில்லாமல் வாழமுடியாத நிலை மறுபுறம் மருந்துகளின் வீரியத்தை தாங்கமுடியாத நிலை. 'ஆறுமாதத்திற்கு மருந்தே உட்கொள்ளக் கூடாது என்றார்கள். மருந்தே சாப்பிடாமல் இருந்தால் என்ன ஆகும்? 34வது வயதில் நடக்கக் கூடாதது நடக்கும்.

அப்போது கை கொடுத்தது அல்ல, அல்ல வாழ்க்கையைக் கொடுத்தது ஒரு புத்தகம் தான். அதே புத்தகம் தான் மீண்டும் ஒரு முறை மறுவாழ்வு கொடுத்தது. அது சுவாமி பூமானந்தா எழுதிய "சர்வரோக நிவாரணி" அந்த நூலை சேலம் மாவட்டம் ராசிபுரத்தைச் சேர்ந்த தெய்வீக வாழ்க்கைச் சங்கம் வெளியிட்டுள்ளது.

அந்தப் புத்தகம் தான் சிவாம்பு மருத்துவத்தை (சிறுநீர் மருத்துவத்தை) அறிமுகப்படுத்தியது. 11 ஆண்டுகள் இந்த ஹைப்பர் டென்ஷனில் நோயுற்று எந்த மருத்துவத்திலும் பெறாத நிவாரணத்தை சிவாம்பு மருத்துவத்தில் தான் நான் பெற்றேன். அதற்குப் பிறகு நடந்துதான் அதைவிட அதிசயம். ஆனால் அறிவியல் உண்மை.

ஹைப்பர் டென்ஷனிலிருந்து நிவாரணம் பெற்ற நான் 11 ஆண்டுகள் ரசாயன மருந்துகளை உண்டதால் ஏற்பட்ட பாதிப்பாலும் உணவுக் கட்டுப்பாட்டை

கடைப்பிடிக்காததாலும், சர்க்கரை நோய்க்கும் மாரடைப்பிற்கும் ஆளானேன். சுமார் 2 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு மாரடைப்பு ஏற்பட்டது. அதை நானே உணர்ந்தேன். அதிலிருந்தும் சிவாம்பு மருத்துவத்தினால் மீண்டேன்.

எனக்கு ஒருமுறையல்ல இருமுறை வாழ்வளித்தது சிவாம்பு மருத்துவம் தான் (சிறுநீர் மருத்துவம்). இதைப்பற்றி பேசுவதற்கே பலர் கூச்சப்படுகிறார்கள். இந்த அரிய மருத்துவத்தை எனக்கு அறிமுகப்படுத்தியது 'சர்வரோக நிவாரணி' என்ற நூல்தான்.

'யான் பெற்ற இன்பம் பெறுக இவ்வையகம்', என இம்மருத்துவத்தையும், இந்தப் புத்தகத்தையும் பலரிடமும் பரப்பி வருகிறேன். நூற்றுக்கணக்கானோர் புற்றுநோய், சர்க்கரை நோய் போன்ற தீராத நோய்களிலிருந்து விடுபட என்னால் உதவ முடிந்திருக்கிறது. இன்னும் என்னைத் தேடி பலர் வருகின்றனர். ஒரு சேவையாக இலவசமாக அனைவருக்கும் சொல்லி வருகிறேன்.

ஒரு காசு செலவில்லாமல், எங்கும் அலையாமல், யாரிடமும் சொல்லாமல், எந்த நோயையும், நோயாளியே குணப்படுத்திக் கொள்ளக்கூடிய சிவாம்பு மருத்துவத்தை (சிறுநீர் மருத்துவத்தை) அறிமுகப்படுத்திய 'சர்வரோக நிவாரணி' என வாழ்க்கையை மாற்றியமைத்த புத்தகம்.

RMR. இராஜசேகரன், நிர்வாக இயக்குனர், RMR டெக்ஸ்டைல்ஸ் (பி) லிட்., 123, செ.செ. வீதி, காரைக்குடி - 630 001. போன் : ~~94565-421011~~.

[illegible]
9360622114

முனிசிபல் மேனேஜரின் அனுபவம்

2002ம் ஆண்டில் சீனாவில் ஒரு மாநாடு நடைபெற்றது. அந்த மாநாட்டில் சுமார் 10 லட்சம் பேர் கலந்து கொண்டனர். யார் இந்த 10லட்சம் பேர் என்பது தெரியுமா? அனைவரும் சிறுநீர் பருகி வருபவர்கள் தான். 10 லட்சம் பேர்களும் சிறுநீர் அருந்தி சாதனை படைத்துள்ளனர்.

சீன அரசின் தலைமை என்ஜினியராக பணியாற்றி ஓய்வுபெற்ற ஒருவர் மாநாட்டில் கலந்து கொண்டு பேசும் போது "எனக்கு 73 வயதாகிறது. என்னுடைய 13வது வயதிலிருந்து தினசரி சிறுநீர் குடித்து வருகிறேன். எனக்கு எந்த வியாதியும் வந்தது இல்லை. நான் நல்ல உடல் நலத்துடன் இருக்கிறேன். ஆங்கில மருந்துகள் எதுவும் சாப்பிட்டதில்லை" என்று கூறியுள்ளார். 73வயது ஆகியும் இளமையான தோற்றத்துடன் எல்லோரையும் கவர்ந்துள்ளார்.

இந்த கட்டுரையை எழுதும் எனக்கு 68 வயது ஆகிறது. கடந்த 18 வருடங்களாக எனக்கு சர்க்கரை வியாதி உள்ளது. தினசரி 3 வேளை சிறுநீர் அருந்தி வருகிறேன். சர்க்கரை நோய் தற்போது கட்டுப்பாட்டில் உள்ளது. எந்த ஆங்கில மருந்துகளும் சாப்பிடுவதில்லை.

என் பேத்திக்கு 3 வயதாக இருக்கும் போது வெண்புள்ளிகள் உடல் முழுவதும் ஏற்பட்டது. தினசரி சிறுநீரை 3 வேளைகள் குடிக்க வைத்தேன். மேலும் சிறுநீரை காய்ச்சி தலையிலிருந்து கால் வரை தேய்த்துவிட்டோம். ஒரு மணிநேரம் வெய்யிலில் நிற்க வைத்தேன். பிறகு குளிக்க வைத்தேன். சுமார் 3 மாதங்களில் வெண்புள்ளிகள் மறைந்துவிட்டன. தற்போது என் பேத்திக்கு 14 வயது ஆகிறது. மீண்டும் வெண் புள்ளிகள் தோன்றவில்லை.

தற்போது கூட கிராமங்களில் கை, கால்களில் காயம் ஏற்பட்டால் சிறுநீரை விட்டு கழுவுகிறார்கள், காயம் ஆறி விடுகிறது.

ஆங்கில மருத்துவ முறையில் தீர்க்கமுடியாத பல நோய்களும், சிறுநீரை தினசரி தொடர்ந்து அருந்தி வந்தால் நோய் குணமாகி நல்ல உடல் நலத்துடன் வாழமுடியும்.

உதாரணமாக : வெண்குஷ்டம், க்ஷயரோகம், சர்க்கரை வியாதி, ரத்தக் கொதிப்பு போன்ற வியாதிகள் அதிசயத்தக்க முறையில் குணமடைவதை கண்டறிந்துள்ளேன்.

சிறுநீர் என்பது பழைய சாதத்தில் உள்ள தண்ணீரை அருந்துவது போன்ற ருசியாக உள்ளது. அருவருப்பான துர்நாற்றமோ குமட்டலோ கிடையாது.

ஸ்ரீ சுவாமி பூமானந்தா அவர்கள் தொகுத்து வெளியிட்டுள்ள "சர்வரோக நிவாரணி" என்ற புத்தகத்தில் சிறுநீர் அருந்துவதால் ஏற்படும் நன்மைகள் பற்றி மிகவும் தெளிவாகவும், விளக்கமாகவும் தெரிவிக்கப்பட்டுள்ளது. இப்புத்தகத்தினை நன்கு படித்து நன்மையடைய வேண்டும். மிகவும் பயனுள்ள புத்தகம் இது.

இங்ஙனம்

17.12.2007.

ஆர். வேலுசாமி நாயுடு
நகராட்சி மேலாளர் (ஓய்வு)
3/94 அவனியாபுரம்
புதூர்(P.O.)
நாமக்கல் மாவட்டம். 637 107.

போன் : 04286/295117

குறிப்பு : இந்நூல் பிரச்சாரத்திற்காக 5 பிரதிகளுக்கு ரூ. 100/- M.O. செய்தால் போதும். கூரியர் செலவு தனி, நேரிலும் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.